

# ARIÈGE





**Votre hypermarché !  
choix, conseil, qualité !**

**Nouveauté  
Grand corner Bio !**



**le DRIVE  
Intermarché**



**1er Fnac  
en Ariège !**



Intermarché - Zone Pyréval - 09100 Pamiers  
05 61 60 97 97

## EDITION

**Directeurs de collection et auteurs :**

Dominique AUZIAS et Jean-Paul LABOURDETTE

**Responsable d'édition :** Christiane BOUCHE-ALBERTINI

**Auteurs :** Maxime ALARD, Gilles CASTROVIEJO,

Agnès VIGNON, Jean-Paul LABOURDETTE,

Dominique AUZIAS et Alter

**Directeur Editorial :** Stéphan SZEREMETA

**Rédaction France :** Elisabeth COL, Silvia FOLIGNO,

Tony DE SOUSA, Agnès VIZY

**Rédaction Monde :** Caroline MICHELOT, Morgane VESLIN, Pierre-Yves SOUCHET, Jimmy POSTOLEC, Elvane SAHIN

## FABRICATION

**Responsable Studio :** Sophie LECHERTIER

assistée de Romain AUDREN

**Maquette et Montage :** Julie BORDES, Sandrine MECKING, Delphine PAGANO, Laurie PILLOIS

**Iconographie :** Anne DIOT

**Cartographie :** Jordan EL OUARDI

## WEB ET NUMERIQUE

**Directeur Web :** Louis GENEAU DE LAMARLIERE

**Chef de projet et développeurs :** Cédric MAILLOUX, Nicolas DE GUENIN, Nicolas VAPPERAU, Adeline CAUX

**Intégrateur Web :** Mickael LATTES

**Webdesigner :** Caroline LAFFAITEUR

**Community Manager :** Cyprien de CANSON et Andrei UNGUREANU

## DIRECTION COMMERCIALE

**Directrice des Régies :** Caroline CHOLLET

**Responsable Régies locales :** Michel GRANSEIGNE

**Relation Clientèle :** Vimla MEETTOO et Sandra RUFFIEUX

**Chefs de Publicité Régie nationale :** Caroline AUBRY, François BRIANCION, Perrine DE CARNE MARCEIN, Caroline PREAU

**Responsable Clientèle :** Déborah LOICHOT

## REGIE INTERNATIONALE

**Chefs de Publicité :** Jean-Marc FARAGUET, Guillaume LABOUREUR assistés d'Erika SANTOS

## DIFFUSION ET PROMOTION

**Directrice des Ventes :** Bénédicte MOULET assistée d'Aissaou DIOP et Nahida KHER

**Responsable des ventes :** Jean-Pierre GHEZ assisté de Nelly BRION

**Relations Presse-Partenariats :** Jean-Mary MARCHAL

## ADMINISTRATION

**Président :** Jean-Paul LABOURDETTE

**Directrice Administrative et Financière :** Valérie DECOTTIGNIES

**Directrice des Ressources Humaines :** Dina BOURDEAU assistée de Sandra MORALS et Eva BAELEN

**Responsable informatique :** Briac LE GOURRIEREC

**Comptabilité :** Jeannine DEMIRDJIAN, Christelle MANEBARD, Adrien PRIGENT

**Recouvrement :** Fabien BONNAN assisté de Sandra BRULALL et Belinda MILLE

**Standard :** Jéhanne AOUMEUR

## PETIT FUTÉ Ariège 2019-2020

LES NOUVELLES EDITIONS DE L'UNIVERSITE

18, rue des Volontaires - 75015 Paris.

01 53 69 70 00 - Fax 01 42 73 15 24

Internet : [www.petitfute.com](http://www.petitfute.com)

SAS au capital de 1 000 000 € - RC PARIS B 309 769 966

Couverture : Château de Foix © Anibal Trejo - Shutterstock.com ; Randonnée en Ariège © Maridav ;

Le tombeau de Pyrène, grotte de Lombrives

© Grotte de LOMBRIVES

Impression : IMPRIMERIE CHIRAT -

42540 Saint-Just-la-Pendue

Achévé d'imprimer : juillet 2018

Dépot légal : 22/08/2018

ISBN : 9791033192794

Pour nous contacter par email, indiquez le nom de famille en minuscule suivi de @petitfute.com  
Pour le courrier des lecteurs : info@petitfute.com

# BIENVENUE EN ARIÈGE !

Ariejo, Ariejo ô moun païs ! Ô Terre tant aimée... Nous commençons souvent cet édito par ces quelques mots issus de « l'hymne ariégeois », tant nous aimons notre département. C'est avec toujours le même plaisir que nous vous accueillons pour la 16<sup>e</sup> édition de ce guide. Nature, culture, authenticité, solidarité, liberté, fraternité, gastronomie... Cette liste de mots, non exhaustive, résume bien l'esprit de l'Ariège et des ariégeois. Nous voguons entre traditions et modernisme dans un pays qui prend le temps d'avoir le temps et dont le patrimoine historique, exceptionnel, couvre 14 000 ans d'histoire au cœur d'un patrimoine naturel et sauvage, toujours respecté. Vous y découvrirez des grottes peintes ou gigantesques, des châteaux riches d'un passé extraordinaire, des musées, des montagnes, des rivières, des isards, des moutons, des vaches, des grands chiens blancs (les pâtous), de la saucisse de foie qui peut être de Foix, de l'Azinat, de l'ours qui fâche, des chasseurs, des râleurs, des amoureux de la nature... Venez vous perdre dans ce pays niché entre France et Andorre pour recevoir tout ce que l'Ariège et les Ariégeois ont à vous proposer. Vous allez vite voir que vous n'êtes loin de rien ! Ici tout est authentiquement sincère. Soyez les bienvenus chez nous ! Vous vous y sentirez très vite chez vous !

L'équipe du Petit Futé Ariège

IMPRIMÉ EN FRANCE



# SOMMAIRE

## DÉCOUVERTE ■

Les immanquables.....	9
Nature.....	12
Économie.....	18
Histoire.....	20
Patrimoine et traditions.....	24
L'Ariège gourmande.....	32
Sports et loisirs.....	36
Festivals et manifestations.....	42

## ■ DE LIEUX EN LIEUX ■

De lieux en lieux.....	50
Aulus-les-Bains .....	50
Auzat.....	52
Goulier.....	54
Mercus .....	54
Sem.....	55
Vicdessos.....	55
Ax-les-Thermes .....	56
Ascou .....	65
Ignaux.....	66
Mijanès.....	66
Savignac-les-Ormeaux.....	67
La Bastide-de-Sérou.....	67
Alzen .....	70

Castelnau-Durban.....	72
Bélesta.....	72
Fougax et Barrineuf.....	72
Les Cabannes.....	73
Aston.....	76
Sinsat .....	76
Carla-Bayle.....	76
Castillon-en-Couserans.....	78
Arrien-en-Bethmale .....	79
Audressein .....	79
Balaguères.....	79
Bethmale.....	79
Saint-Lary .....	80
Foix .....	80
Baulou .....	98
Le Bosc .....	99
Duran-sur-Arize.....	99
Gudas.....	100
Montgaillard.....	100
Péreille .....	100
Saint-Jean-de-Verges.....	100
Saint-Pierre-de-Rivière .....	102
Le Fossat.....	102
Artigat .....	102
Durfort.....	104
Lézat-sur-Lèze.....	104
Montégut-Plantaurel.....	104
Saint-Ybars .....	105

© Gérard et L'Orbières



Le Lac Porte-Bonheur, grotte de Lombrives.

On croit que la priorité,  
c'est de se mettre  
à l'eau...



Lorsque vous vous baignez en rivière à proximité d'un barrage ou d'une usine hydroélectrique, la variation du débit de l'eau peut vous surprendre. Il convient de respecter la signalisation et les lignes de bouées pour ne pas mettre sa vie en danger.

CALME APPARENT, RISQUE PRÉSENT

[www.edf.fr/calme-apparent-risque-present](http://www.edf.fr/calme-apparent-risque-present)

L'énergie est notre avenir, économisons-la!

Lavelanet.....	106
Aigues-Vives .....	109
<i>La Bastide-sur-l'Hers .....</i>	109
Laroque-d'Olmes .....	109
Lesparrou.....	110
Montbel.....	110
Montferrier .....	112
Montségur .....	112
Nalzen.....	113
Roquefort-les-Cascades .....	113
Roquefixade .....	113
Luzenac.....	114
Axiat.....	114
Garanou.....	114
Lordat .....	115
Unac.....	115
Le Mas-d'Azil .....	116
Daumazan .....	117
Sabarat.....	117
Massat .....	117
Mazères.....	118
Montaut .....	121
Mirepoix .....	122
Camon.....	130
Coutens .....	130

Dun.....	132
Lapenne .....	132
Léran .....	132
Manses .....	133
Teilhet .....	133
Vals .....	133
Orlu .....	134
Pamiers .....	135
Montardit.....	146
Rieuvers .....	146
Rieux-de-Pelleport.....	146
Saint-Jean-du-Falga .....	146
Saint-Michel.....	148
<i>La Tour-du-Crieu .....</i>	148
Varilhes .....	149
Le Vernet .....	149
Verniolle .....	149
Rimont .....	150
Sainte-Croix-Volvestre.....	154
Fabas .....	154
Saint-Girons .....	155
<i>Montjoie-en-Couserans .....</i>	160
<i>Moulis .....</i>	160
Saint-Lizier .....	161
<i>Lorp-Sentaraille .....</i>	164
Saverdun .....	167
Seix.....	168
Ercé .....	169
Oust .....	170
Sentein .....	170
Tarascon-sur-Ariège .....	171
Alliat .....	176
<i>Bédeilhac .....</i>	177
<i>Capoulet-Junac .....</i>	178
<i>Gourbit .....</i>	178
<i>Niaux .....</i>	178
<i>Ornolac-Ussat-les-Bains .....</i>	180
<i>Surba .....</i>	180

## ■ ORGANISER SON SÉJOUR ■

Se rendre en Ariège .....	182
Circuler en Ariège .....	184
S'informer sur l'Ariège .....	186
Index .....	188



# DÉCOUVERTE

*Vue sur la ville de Foix et son château.*

© Joseph\_hilfiger – Adobe Stock





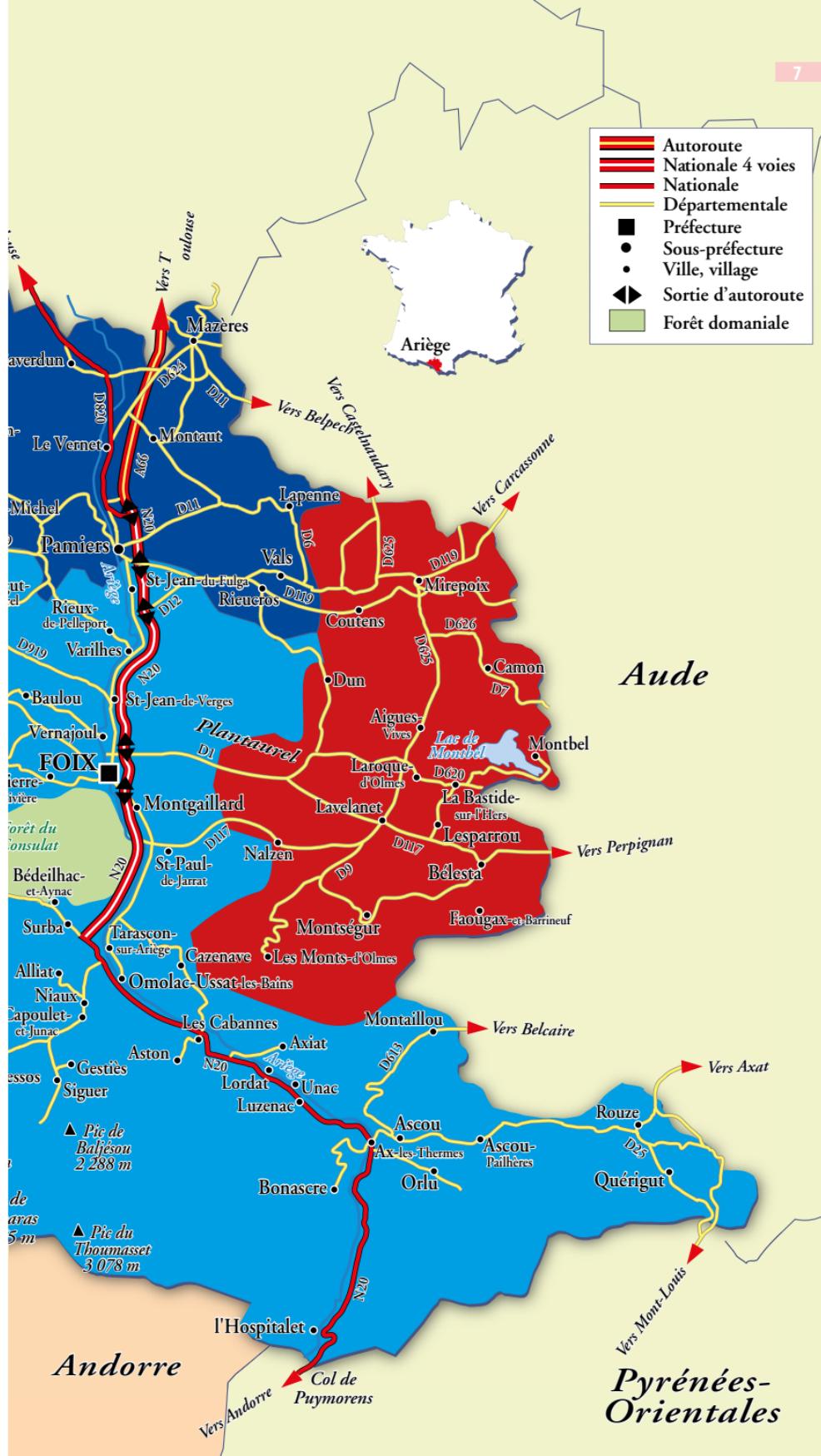
## *Haute-Garonne*

This map illustrates the Ariège region, focusing on the town of St-Girons and its surroundings. The area is predominantly brown, representing the mountainous terrain of the Pyrenees. Several rivers are depicted in blue, including the Salat, Garbet, and Oust. Towns and villages are marked with black dots and labeled in black text. Key locations include St-Girons, Montgauch, Caumont, Lorp-Sentarielle, Ste-Croix-Fabas, Barjac, Montjoie-en-Couserans, St-Lizier, Augirein, Balaguères, Castillon-en-Couserans, Audressein, Bethmale, Sentein, Oust-Seix, Cominac, Ercé, Massat, Aulus-les-Bains, Guzet-Neige, Salau, Mont Rouch (2858 m), Mont Valier (2839 m), and Pic de Maubermé (2880 m). Major roads are shown as yellow lines, with labels like D617, D618, D627, D32, D8, D17, D19, D26, and D910. Arrows indicate directions to various destinations: Vers Tarbes, St-Gaudens, Montesquieu, Carbonne, and Le Fossat. The map also shows the Forêt de Moulis and the Montagnes du Montégut. The bottom left corner features a red box with the word "Ariège" in white.

Ariège

ESPAGNE

0 30 km





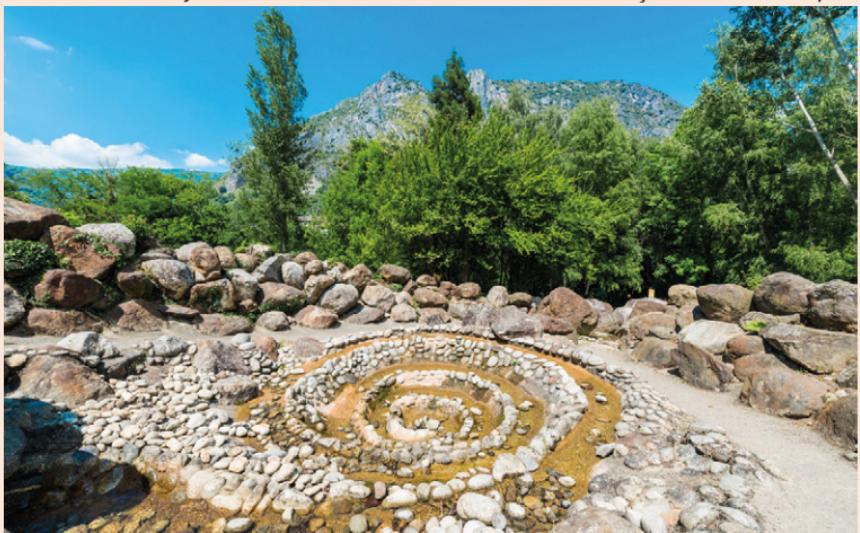
Tarascon-sur-Ariège.



Jeune isard dans les Pyrénées.



Façade de maison à Mirepoix.



Parc de la Préhistoire, Tarascon-Sur-Ariège.

# LES IMMANQUABLES

*En bon Ariégeois on vous dirait que toute l'Ariège est immanquable... Sa richesse médiévale, sa diversité naturelle, son patrimoine préhistorique répondront à toutes vos attentes et vous permettront de découvrir un passé et des racines qui ne manqueront pas de vous fasciner.*

## Le château de Montségur

Venir en Ariège sans voir Montségur pourrait vous amener au bûcher. Nous sommes ici dans le plus haut lieu du catharisme. Situé sur son pog, à 1207 m d'altitude, le château domine le charmant village et les vallées environnantes. La montée au château se mérite (être bien chaussé) mais ne vous laissez pas intimider par les 5 premières minutes qui sont particulièrement éprouvantes. Une fois arrivé à la stèle dite des cramats, la montée est beaucoup plus agréable, dans un sous bois relativement frais. Depuis le château le panorama est époustouflant. La visite guidée par Fabrice Chambon est fantastique. Soyons lucides, il ne reste que 4 murs à Montségur. La capacité de conteur de cet universitaire rendra vie à ce lieu austère et tragique. Vous finirez par entendre les bruits de batailles et apprendrez également que ce château n'était pas qu'un édifice militaire mais également un lieu de vie et surtout, un lieu de résistance face à l'oppression et à l'invasion. Il faudra 11 mois de siège pour que cette citadelle du vertige tombe sous le joug des seigneurs du roi de France. A visiter également, le musée historique et archéologique pour découvrir comment vivaient les habitants du château. Entrée gratuite.

■ CHÂTEAU DE MONTSEGUR  
MONTSEGUR ☎ 05 61 01 10 27  
[www.montsegur.fr](http://www.montsegur.fr)

Fermé du 1<sup>er</sup> au 31 janvier et le 25 décembre. Basse saison : ouvert de 11h à 16h30. Haute saison : de 9h à 19h30. Nous vous conseillons de vérifier sur le site Internet en raison de la complexité des plages horaires selon les mois. Gratuit jusqu'à 8 ans. Adulte : 5,50 €. Enfant (de 8 à 15 ans) : 3 €. Groupe (20 personnes) : 4,50 €. Groupes scolaires : 2,50 €. Visite guidée (visite guidée exceptionnelle !).



## La grotte de Lombrives

C'est la plus vaste grotte d'Europe ! La Grotte de Lombrives vous propose des randonnées souterraines guidées de 1 à 5 heures où se mêlent plaisir des yeux, culture, Histoire et histoires accompagnées de mystères. Après une marche d'approche d'un kilomètre (que vous pouvez aussi effectuer en petit train), vous entrez dans « l'autre

## Carte d'identité

- Numéro de département : 09.
- Population : 138 000 habitants.
- Densité : 30 habitants au kilomètre carré.
- Superficie : 4 890 km<sup>2</sup>.
- Préfecture : Foix.
- Sous-préfectures : Pamiers et Saint-Girons.
- Nombre de communes : 332.
- Région d'appartenance : Occitanie.
- Point culminant : la Pique d'Estats (3 143 m) du massif du Montcalm.
- Cours d'eau principal : l'Ariège.

des géants ». Chaque pas vous conduit de galerie en galerie pour découvrir la formation des concrétions, le façonnage d'un réseau karstique exceptionnel. Lieu de sépulture pour les hommes de l'âge de bronze, connue des Grecs et des Romains, lieu de refuge (cathares, protestants...), Lombrives a toujours été fréquentée par les hommes, qui y laissèrent plus de 114 symboles énigmatiques et 3 600 noms. Les plus anciens datent du XVI<sup>e</sup> siècle comme celui du futur Henri IV, roi de France, venu se recueillir à la mémoire des huguenots. C'est l'occasion de partager des périodes clefs de notre histoire (l'âge de bronze, le catharisme, la traque des protestants, Henri de Navarre...). Vous traversez « la cathédrale sacrée » à l'acoustique exceptionnelle. Une salle unique où des artistes se produisent en concert, certains visiteurs méditent, se recueillent, chantent. La visite se poursuit en haut des marches : de très belles concrétions, parmi lesquelles le *Mammouth*, le *Tombeau de Pyrène* (déesse mère des Pyrénées dans la mythologie), la *Sorcière*, la *Vierge*... La Grotte de Lombrives est un lieu sacré où les cathares auraient laissé leur trésor spirituel, mais c'est aussi un lieu propice à la méditation.

■ GROUVE DE LOMBRIVES  
USSAT ☎ 06 49 44 45 00  
[www.grottedelombrives.com](http://www.grottedelombrives.com)

Ouvert tous les jours de 10h à 17h. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 12 €. Enfant (de 6 à 12 ans) : 8 €. Etudiants et demandeuse d'emploi : 10 €. Petit train 2 €. American Express, Chèque Vacances. Visite guidée.



## Drapeau - Blason

En heraldique le drapeau ariégeois, créé par un heraldiste en 1950, est défini comme suit : « D'or aux trois pals de gueules et à l'écusson d'azur chargé d'une cloche d'argent brochant sur le tout ». Ce sont les armoiries des comtes de Foix (le rouge et le jaune) avec en abîme les armes du Couserans, la cloche, pays de l'ancienne province de Gascogne.

# LES GRANDS SITES TOURISTIQUES DE L'ARIÈGE

10

Quatorze mille ans d'Histoire, avec un grand H, regroupés dans un seul et même département. La réunion de ces grands sites vous permettra un véritable voyage dans le temps, de l'époque des hommes qui peignaient la grotte de Niaux aux tribus magdaléniennes qui vivaient dans la grotte du Mas-d'Azil en passant par les cathares de Montségur, les évêques de Saint-Lizier et le château de Gaston Phébus, sans oublier, bien sûr, ces hommes qui ont fait l'Ariège en frappant le fer aux forges de Pyrène. Le succès de ces grands sites est dû en grande partie au travail du Service d'exploitation des sites touristiques de l'Ariège (SESTA), un service du conseil général du département.

## ■ CHÂTEAU DE FOIX

Rue du Rocher, FOIX

© 05 34 09 83 83 / 05 61 05 10 10

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

[info@grands-sites-ariege.fr](mailto:info@grands-sites-ariege.fr)



Ouvert toute l'année. En janvier ouvert uniquement les samedis et dimanches. Fermé le 2 février et les 8, 15, 22 et 29 mars. Fermé les mardis de novembre et décembre hors vacances scolaires et le 25 décembre. Basse saison : tous les jours et les jours fériés de 10h30 à 12h et de 14h30 à 17h30. Haute saison : tous les jours et les jours fériés à partir de 10h. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 6,70 € (étudiant : 5,30 €). Enfant (de 5 à 17 ans) : 4,50 €. Pass Famille (2 adultes + 2 enfants) : 21 €. Visite guidée. Boutique. Il en a eu de la chance ce château féodal : il est le seul du pays de Foix que Richelieu ait épargné ! Probablement construit un peu avant l'an 1000 par la famille comtale de Carcassonne. Le rocher sur lequel il se dresse paraît presque irréel, il semble plus accroché aux nuages que posé sur la terre ferme, au confluent de l'Argent et de l'Ariège. Cette situation lui a valu bien des jalouses et surtout des sièges redoutables. Après avoir été dépôt d'archives puis prison politique et civile jusqu'en 1862,

il abrite maintenant les collections autour de l'histoire du site du Château s'attachant à restituer la vie à Foix au temps des comtes. Les trois tours qui se découpent avec autorité dans le ciel fuxéen appartiennent à des époques différentes. La plus petite, carrée, est la plus ancienne. La tour du milieu, également carrée, est la plus vaste et a été construite du temps de Gaston Fébus. La tour ronde au sud est la plus récente et la plus belle. Elle fut érigée sous le comte Gaston IV, vers 1450. Le château de Foix constitue tout à la fois un symbole de l'ancienne puissance des comtes de Foix et un monument qui défie les siècles. Exposition numérique et interactive du célèbre Gaston Fébus, qui retrace sa vie et la rédaction de son traité de la chasse. Des planches de ce document sont d'ailleurs consultables sur un livre interactif et ludique permettant ainsi aux plus jeunes de découvrir ce personnage.

## ■ GROUVE DE NIAUX

NIAUX

© 05 61 05 10 10

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

[info@grands-sites-ariege.fr](mailto:info@grands-sites-ariege.fr)



Voir calendrier des fermeture et des horaires sur l'année sur le site Internet. En haute saison, visites guidée tous les jours de 9h45 à 17h30 (la première est en anglais). Adulte : 12 € (étudiant 8,50 €). Enfant (de 5 à 12 ans) : 7 € (13 à 18 ans : 8 €). Pass Famille : les parents et 2 enfants : 33 € ; enfant supplémentaire : 5,50 €. Chèque Vacances. Visite guidée (réservation obligatoire). Boutique. Prévoir de bonnes chaussures de marche, des vêtements chauds et s'y rendre 10 minutes avant le départ de la visite.

Par l'ampleur de ses salles et la variété de ses décors, la grotte de Niaux compte, avec Altamira et Lascaux, parmi les plus belles du monde. Dans le salon Noir, vous serez subjugué par de bouleversantes œuvres réalisées il y a environ 140 siècles qui dégagent encore

© Yvan2



Forteresse médiévale de Foix.

une forte émotion. Plus de 100 représentations au traits noirs évoquent les grands mammifères de la faune magdalénienne que vous pourrez découvrir en fac-similé au parc de la Préhistoire à Tarascon. Dans une galerie inaccessible au public, fut trouvé plus récemment un dessin de belette, unique dans l'art paléolithique. La grotte de Niaux, chef-d'œuvre de l'art pariétal, est une des rares grottes ornées à être encore ouverte au public et reste un des sites incontournables de la préhistoire. Pour des raisons de conservation, le nombre de personnes ainsi que la durée des visites sont limités et la réservation sur le site internet est indispensable.

### ■ GROUVE ET MUSÉE DU MAS D'AZIL

**LE MAS-D'AZIL**

⌚ 05 61 05 10 10

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

*Fermé en janvier, de mi-novembre au vacances de Noël et le 25 décembre, ainsi qu'à certaines dates, voir calendrier sur le site Internet. En haute saison, grotte ouverte tous les jours de 9h30 à 20h et musée de 11h à 12h30 et de 14h à 19h. Hors saison : voir le calendrier sur le site Internet. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 9 €. Enfant (de 5 à 12 ans) : 4,50 € (13-18 ans : 5,50 €). Pass Famille (2 adultes + 2 enfants) : 24 €. Etudiants : 6,90 €.*

La caverne a l'originalité d'être traversée sur près d'un demi-kilomètre, par la route départementale et la rivière l'Ariège qui l'a creusée sous la colline. On pensait qu'une grotte, ça ne changeait pas avec le temps. Mais l'homme, dans son ingéniosité et sa créativité, est toujours capable d'adapter la nature à son mode de vie. La grotte du Mas-d'Azil a vécu une nouvelle ère. Immobile depuis trente-cinq mille ans, elle a profité de nouveaux aménagements qui exaltent sa majesté grâce à une magnifique mise en lumière. La scénographie et la mise en lumière dans la grotte ont été revues et, surtout, un nouveau centre d'interprétation (musée) a été créé. À découvrir absolument !



### ■ PALAIS DES ÉVÈQUES –

**NOTRE-DAME-DE-LA-SÈDE**

**Route de l'Evêché**

**SAINT-LIZIER**

⌚ 05 61 05 10 10

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

[info@grands-sites-ariege.fr](mailto:info@grands-sites-ariege.fr)

*Fermé en janvier, février (hors vacances scolaires) mars, et de début novembre aux vacances de Noël. Fermé à certaines autres dates dont les 24 et 25 décembre. Basse saison : ouvert de 10h30 à 12h et de 14h à 17h30. Haute saison : tous les jours de 10h30 à 19h. Adulte : 5,60 €. Enfant (de 5 à 12 ans) : 3 € (enfant de 13 à 18 ans : 3,80 €). Chèque Vacances. Visite guidée. Boutique.*

Sur ce site unique, où depuis les terrasses, vous aurez un point de vue exceptionnel sur la chaîne des Pyrénées, les évêques ont bâti un palais somptueux et une riche cathédrale, qu'ils n'ont cessé d'embellir du XI<sup>e</sup> au XVIII<sup>e</sup> siècle. Racheté par le Conseil général et après 5 ans de travaux, 5 ans d'attente, nous voilà récompensés



de notre patience. Ce nouveau musée départemental, situé dans le somptueux Palais de l'Evêché, héberge les collections du musée départemental de l'Ariège, présentant 2 000 ans d'histoire locale, de l'Antiquité à nos jours, répartis sur les quatre niveaux du musée : la présence romaine en Couserans, de la cité gallo-romaine à l'évêché du Couserans, Le Palais des Evêques, histoire et architecture, Vivre dans une vallée pyrénéenne au début du XX<sup>e</sup> siècle. La visite inclut également la cathédrale Notre-Dame de la Sède. Nous vous invitons à suivre la visite guidée qui vous fera découvrir quelques trésors archéologiques (et techniques tels les boiseries amovibles) que vous n'auriez pas vus par vous-mêmes.

### ■ PARC DE LA PRÉHISTOIRE

**Route de Banat**

**TARASCON-SUR-ARIÈGE**

⌚ 05 61 05 10 10

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

*Fermé du 5 novembre au 31 mars. Ouvert tous les jours de 10h à 19h. Basse saison : tous les jours et les jours fériés de 10h à 18h. Fermeture les lundis hors vacances scolaires. Adulte : 11,50 €. Enfant (de 5 à 17 ans) : 8 €. Etudiant : 9 €. Pass famille : 2 parents et 2 enfants : 35 €. Chèque Vacances. Visite guidée (à l'intérieur du musée en audioguide). Restauration. Boutique. Animations. Chenil gratuit.*

Après avoir visité les fantastiques grottes de Niaux et du Mas-d'Azil, il est inconcevable de ne pas s'arrêter au Parc de la Préhistoire situé dans un des plus beaux sites de l'Ariège. Les Magdaléniens avaient un véritable mode de vie qui leur est propre, un environnement composé d'animaux géants aujourd'hui disparus tels les bisons, les mammouths ou les mégacéros, sorte de cerf de taille préhistorique. Vous pourrez même comparer des défenses de mammouths à la corne de rhinocéros laineux, faire un bras de fer avec le bison ou vous mesurer à la vitesse d'un lion des cavernes. Comme dans les autres ateliers du parc, le visiteur est actif. Des animations et des ateliers immersifs, ouverts à tous, sont organisés tous les jours, permettant de revivre la Préhistoire : l'atelier de fouilles archéologiques, l'atelier d'art pariétal, avec les conditions de lumière des préhistoriques, pour s'exercer à la peinture préhistorique, celui de la chasse avec le maniement du propulseur. Dans un campement reconstitué qui évolue en fonction des saisons, vous assisterez à des démonstrations de taille du silex et d'allumage du feu à la méthode Cro-Magnon. De nombreuses autres activités vous attendent comme le labyrinthe des sons, le panorama de la chasse ou le sentier des traces. Côté animations, ça bouge chez les préhistophiles : chasse aux œufs de mammouth fin mars (les œufs sont bien sûr en chocolat) et, en juin, « La Nuit de la Préhistoire » et les Journées nationales de l'archéologie sont organisées. Autour des lacs, un restaurant, une boutique, une aire de pique-nique sont également à votre disposition. Nous ne sommes pas ici dans un simple parc d'attraction mais dans un musée interactif où culture et nature rencontrent découvertes et mystère des origines.



# NATURE

**La nature ! C'est le patrimoine principal de l'Ariège. Une faune et une flore préservées, authentiques. Chasseurs, pêcheurs, écologistes, pro-ours, anti-ours, randonneurs, champignonneurs...**

*Malgré toutes ces différences, nous sommes en présences d'hommes qui aiment profondément la nature ariégeoise et qui, chacun à leur manière, entendent la protéger et la préserver.*

## GÉOGRAPHIE

### Climat

► **Températures moyennes :** Il s'agit d'un paradoxe mais pourtant, la douceur est au nord. De la plaine d'Ariège au nord, aux neiges d'Espagne et d'Andorre tout au sud, on passe des hivers doux et des étés chauds et secs à un climat rude, froid, aux précipitations abondantes en parcourant tout un éventail selon l'altitude et l'exposition. Les températures moyennes sont les suivantes : moyenne annuelle de 14 °C à 3 °C, moyenne annuelle des minima de 8 °C à -1 °C, moyenne annuelle des maxima de 19 °C à 7 °C, de la basse Ariège jusqu'aux plus hauts sommets.

► **Ensoleillement :** L'Ariège est à la croisée de deux influences climatiques océanique et méditerranéenne. Les Pyrénées sont une montagne du sud où l'hiver rude et enneigé est bien ensoleillé. La partie nord du département effleurant les 1 200 ans heures de soleil par an bénéficie de son voisinage méditerranéen.

► **Précipitations :** Dans le domaine des précipitations, on peut donner quelques chiffres : de 750 mm/an au nord-est (secteur le moins arrosé) à 1 800 mm/an dans les montagnes d'Aulus (secteur le plus arrosé) ; les mois les plus arrosés sont avril, mai, octobre et les plus secs sont juillet, septembre. La neige est présente environ 10 jours en plaine, 30 jours à 800 m et 60 jours à 1 500 m. Il y a entre 20 à 25 jours d'orage.

► **Vent :** Quant aux vents dominants ils sont de nord-ouest et du sud-est (autan) bien que l'Ariège soit un département peu venteux.

### Relief

Ce département d'environ 5 000 km<sup>2</sup> tire son nom de sa principale rivière qui en partage le territoire dans la direction nord-sud. Il offre un paysage très varié de vallées, de grottes, de lacs, de torrents, de plaines, de montagnes et forêts. L'Ariège se caractérise par quatre grandes zones : la plaine fertile de la basse Ariège, au nord ; les chainons calcaires du Plantaurel d'est en ouest, sorte de marchepied vers la haute montagne ; la moyenne montagne, entre 1 700 et 2 300 mètres, avec les massifs du Saint-Barthélemy, de l'Argent-Ariège et des Trois Seigneurs ; la haute chaîne pyrénéenne, vers la frontière espagnole, dont quelques cimes avoisinent ou dépassent les 3 000 mètres, comme le Montcalm (3 080 m), la Pique d'Estats (3 140 m), le Maubérmé (2 880 m) et le mont Valier (2 839 m). Côté climat, l'Ariège est sous une double influence : à l'ouest les paysages du Couserans et du Volvestre sont sous une influence océanique dominante, alors qu'à l'est, la végétation et le climat sont de type méditerranéen, et donc plus secs. Tous les cours d'eaux du département, à l'exception de ceux du canton de Quérigut, se jettent dans la Garonne, fleuve du versant océan, via l'Ariège, le Salat, le Volp et l'Arize. Tous les glaciers pendant des milliers d'années ont beaucoup travaillé dans la montagne et ont creusé de superbes lacs. Dans le Quérigut, au pied du roc Blanc, le splendide lac du Laurenti ; là-haut, au pied du Soularac, l'impressionnant étang du Diable. Parsemant la chaîne des Pyrénées ariégeoises, on en rencontre une multitude, plus de 200 sont à aborder et admirer.

## FAUNE ET FLORE

### Faune

La faune sauvage commune aux zones de montagne est largement représentée en Ariège.

### Mammifères

► **Le cerf.** C'est l'animal sauvage le plus imposant qu'on peut observer dans la région. Les mâles à l'âge adulte peuvent atteindre 1,50 mètre au garrot. Leurs bois tombent, chaque année, aux mois de mars ou avril pour repousser en juillet et août. Le brame du cerf est

le nom donné à la période d'accouplement ainsi qu'au cri du mâle. On peut l'entendre en septembre-octobre.

► **L'isard.** Trop chassé dans les années 1950, l'isard aurait sans doute disparu s'il n'avait trouvé protection sur les terres du parc national des Pyrénées. En 1999, on comptait quelque 5 000 individus.

► **La marmotte.** Disparu de la chaîne des Pyrénées depuis la fin de la dernière période glaciaire, le petit mammifère a été réintroduit, avec succès, dans toutes les vallées, par l'administration du parc national. Elle est aujourd'hui, certainement, l'espèce la plus visible pour les visiteurs.



Lac du Laurenti.

© Yann K - Adobe Stock



Chevaux de Merens.

© Pat on stock - Adobe Stock



Pic d'Estibat.

© Yann K



► **L'ours.** Il fait beaucoup parler de lui, depuis de nombreuses années, et encore tout récemment, avec l'introduction programmée dans nos montagnes de nouveaux spécimens slovènes. On sait qu'il se déplace constamment dans les Pyrénées et on peut évidemment le rencontrer en Ariège. Cet animal a eu son heure de gloire au XIX<sup>e</sup> et au début du XX<sup>e</sup> siècle quand des habitants d'Ercé ou de Cominac l'exhibaient en France et aux Amériques, sur les places publiques, pour quelques pièces de monnaie. Le débat (la polémique !) sur la présence de l'ours dans les Pyrénées a repris de la vigueur avec l'annonce de la réintroduction de cinq nouvelles ourses. Ce redoutable prédateur fait partie du patrimoine animalier pyrénéen mais il rentre violemment en conflit avec les bergers et le pastoralisme. Les élus, les scientifiques, les randonneurs, les éleveurs, les skieurs... tout le monde donne son avis. De nombreuses espèces animales ont déjà disparu de nos contrées. Est-ce cette évolution qu'il faut souhaiter ? Laissons le dernier mot (provisoire) au poète ariégeois André Soum, dans un beau poème mis en musique par « Les Poésiens » : « A finir seul qui sera libre ? Qui pour l'autre va déserter ? Et construire la vérité d'une montagne faite à vivre ? ».

► **Le Pâtou.** « Roi des chiens » et « chien des rois ». Le pâtou, Montagne Pyrénées de son vrai nom, est devenu célèbre dans les années 1960 grâce à l'émouvant feuilleton *Belle et Sébastien*. C'est un véritable chien de protection alliant bravoure et courage dans toutes les situations. Il se bat jusqu'à la mort et ne recule jamais. Il est en montagne le seul rempart efficace contre les prédateurs et surtout, contre les chiens errants, responsables de la majorité des dégâts subis par les troupeaux en estive. « Roi des chiens » car son allure fière avec sa queue arondie, la pureté de sa blancheur et cet abolement typique, que l'on entend à plusieurs kilomètres, inspirent le respect et forcent l'admiration. « Chiens de rois » car, de Gaston Phœbus à Louis XIV, ce prestigieux gardien a accompagné et protégé ces prestigieux monarques.

► **Le cheval de Mérens.** Originaire de la Haute Vallée de l'Ariège, ce cheval présente une étonnante convergence morphologique avec les chevaux magdaléniens (13 000 ans) représentés dans la grotte de Niaux. C'est un poney ariégeois rustique à la robe noire. Il demeura très longtemps l'animal de travail des paysans ariégeois. C'est un bon cheval de randonnée, d'attelage et de voltige, également utilisé pour l'entretien écologique des régions montagneuses, grâce à son pied sûr et sa rusticité.

► **La vache gasconne.** La Gasconne est une jolie vache grise, avec des marques noires sur le bord des oreilles. Elle est originaire de la région de Saint-Gaudens. La race, issue du grand rameau des grises d'Europe centrale et méridionale a subi des influences asiatiques, alpines, ibériques et occitanes liées aux déplacements de populations. La recherche d'animaux plus grands, adaptés aux travaux du sol et à la traction a entraîné le développement du commerce de bovins gascons entre montagnards et éleveurs de plaines et de coteaux et a contribué à l'uniformisation de la race par la consolidation du squelette et de la musculature. C'est un animal robuste et puissant, jadis apprécié en traction animale.

► **Le cheval castillonais.** Cheval de montagne, moins connu que son voisin le Mérens, le cheval ariégeois castillonais, originaire de la vallée du Biros à l'extrême sud-ouest du département, dispose des mêmes qualités dispensées par le terroir ariégeois. De robe noir pangaré (bai châtain) avec des marques de feu aux nuances rousses aux flancs et un nez de renard, ce cheval est lui aussi bien adapté à la vie des montagnes et est caractérisé par son adresse, sa robustesse et son ardeur au travail.

► **Le chien ariégeois.** Cette race de chiens de chasse est issue du croisement d'un chien d'Artois et d'un Bleu de Gascogne. C'est un chien d'ordre, calme, parfois entêté (comme tout bon Ariégeois), mais néanmoins intelligent, c'est un chien facile à vivre que l'on rencontre de plus en plus souvent comme animal de compagnie. Affectueux, patient avec les enfants, il est également sociable avec ses congénères. Mais sa vocation première reste la chasse, où son flair et sa belle voix constituent de précieux atouts dans la quête de la perdrix, de la caille ou du petit gibier à poil. Sa taille moyenne et sa légèreté en font un auxiliaire précieux, qu'il soit seul ou en meute, capable d'évoluer aisément en terrain difficile. Sa chasse de prédilection est le lièvre mais il est aussi utilisé dans la voie du chevreuil ou du sanglier.

► **Le braque de l'Ariège.** Le braque de l'Ariège est un chien d'arrêt français. Cette race a failli disparaître puisqu'en 1990 il ne restait plus aucun chien inscrit au Livre des Origines Françaises (L.O.F.). Sa construction est puissante mais sans lourdeur excessive, robuste et d'un aspect vigoureux. On préfère les sujets aux membres secs, aux muscles saillants et aux lignes bien définies. Sa robe blanche truitée d'orange pâle de préférence ou parfois mouchetée de marron alliée à sa taille, en fait un chien élégant, distingué.

► **Le desman des Pyrénées.** On l'appelle aussi le rat-trompette. Ce petit rat nocturne de 25 centimètres vit dans les torrents et se nourrit de différentes larves d'insectes. Il doit être protégé car il est hélas de plus en plus rare.

► **Le dahut.** Très célèbre dans nos montagnes, cet animal qui ressemble à l'isard a la particularité d'avoir les pattes plus courtes d'un côté, lui permettant de marcher à flanc de montagne. En Ariège, on ne trouve que des animaux penchant à gauche. Leur capture est simple, il suffit de se positionner derrière l'animal et de frapper dans les mains. La surprise le fera se retourner et, perdant l'équilibre, il chuterá. Si vous en voyez un, merci d'informer la rédaction.

## Oiseaux

► **Le gypaète barbu.** Avec ses trois mètres d'envergure, son regard d'or cerclé de carmin, son masque et sa barbiche noirs, ses longues ailes anthracite et son poitrail orangé, le gypaète se distingue des autres rapaces. Ne subsistant naturellement que dans les Pyrénées et en Corse, il se nourrit à 90 % d'os de charogne qu'il brise au préalable sur les rochers. Neuf couples de cette espèce très rare vivent aujourd'hui dans le parc national des Pyrénées.



Marmotte, Grossglockner.

► **L'aigle royal et le faucon pèlerin** peuvent être observés en Haute Ariège et sur la route d'Andorre.

► **Le grand tétras.** Appelé aussi coq de bruyère, cet oiseau de la famille des gallinacés habite les zones humides de la hêtraie-sapinière, entre 1 000 mètres et 2 400 mètres. Le mâle atteint 6 kg, la femelle 2 kg. Célèbre pour la grâce de ses parades nuptiales (mi mai-début juin) et son chant très particulier, le grand tétras poursuit tous les mâles qui osent empiéter sur son territoire, la queue déployée en éventail.

## Poissons

Dans l'élément liquide, c'est la truite qui étend sa suprématie dans les ruisseaux, les rivières, les étangs, les lacs... et les piscicultures.

## Flore

► **Arbres, buissons.** Les forêts de sapins sont majestueuses comme celles de Bélesta ou la forêt royale de Sainte-Croix-Volvestre. Située à 330 mètres d'altitude, cette épaisse forêt a de tout temps intrigué les botanistes par son altitude. En 1667, elle impressionna l'intendant des forêts de Louis XIV par la beauté et la hauteur de ses arbres. Ces arbres ont été beaucoup utilisés à l'époque de la marine à voile, dans la construction des bateaux. D'autres espèces sont très présentes comme le hêtre, qui fit le bonheur des charbonniers, le noisetier, le bouleau, le chêne ou le châtaignier.

► **Fleurs et plantes rares.** Les fleurs ensoleillent les printemps de l'Ariège : orchidées sauvages, genêts, rhododendrons, gentianes, saxifragues. D'autres fleurs plus rares et plus isolées se laissent admirer et photographier, comme le lis des Pyrénées, le lis martagon ou l'edelweiss. Une symphonie de couleurs et d'odeurs, un spectacle apaisant et unique ! Les forêts, les sites, les bois, de la plaine à la montagne sont nombreux et variés mais ne ratez pas Lapenne, Orlu et le mont Valier.

## Parcs et réserves naturelles

### Réserves naturelles

#### LAC DE MONDÉLY LA BASTIDE-DE-SÉROU

Plan d'eau artificiel dont la vocation première est de constituer des réserves utilisables pour le soutien des étages de la Lèze. Il en résulte d'importantes variations du niveau de l'eau, ce qui peut, dans le cas des années très sèches, entraîner un assèchement total. Le barrage possède une longueur de 107 m et une hauteur de 24 m ; la capacité totale du lac est de 4 millions de m<sup>3</sup> et sa superficie maximale est de 57 ha. En toute saison, au cours de votre balade, vous croiserez d'importantes traces et indices de populations animales autochtones (chevreuils, sangliers, renards, blaireaux, martres, biches, cerfs...) qui peuplent les bois alentour. La forêt est

## Parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises

Le Parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises a été créé en 2009. Son périmètre occupe environ 40 % de la superficie du département de l'Ariège. Avec environ 2 468 km<sup>2</sup>, il englobe 142 communes et 43 000 habitants. Le périmètre du PNR comprend au nord, la partie ariégeoise des petites Pyrénées (Volvestre) et la moitié ouest de la chaîne du Plantaurel, limitée par la rivière Ariège, aux 2/3 nord, en zone d'avant-monts : le Séronais, le Saint-Gironnais et le Bas-Salat, au sud et au centre, des zones à caractère montagnard affirmé, structurées en vallées telles la vallée du Vicdessos et son affluent, le Siguer, les vallées de Saurat et de la Courbière, du col de Port et du massif des Trois-Seigneurs à Tarascon-sur-Ariège et la vallée de la Barguillère, du col des Marrous et du col del Bouich à Foix, la vallée de l'Arac, le Haut-Salat, le Castillonais (vallées de la Bellongue, du Lez...). Vous découvrirez une gamme de produits ou de prestataires estampillés « Marque Parc » qui respectent un cahier des charges spécifique fondé sur trois valeurs fondamentales : le lien au territoire, la dimension humaine et le respect de l'environnement.

composée de boisements naturels (chênes, frênes, aulnes, noisetiers...) ou artificiels (pins sylvestres, épicéas), riches en champignons, mais attention à la tentation, la cueillette étant interdite en forêt privée. Vous pourrez aussi observer de nombreuses populations d'oiseaux migrateurs (canards, sarcelle d'hiver, héron cendré, cormoran, chevalier guignette, cul-blanc...) sans oublier les espèces sédentaires rapaces, passereaux, amphibiens... La faune piscicole du lac est quand à elle composée de truites, goujons et vairons.

### ■ RÉSERVE NATIONALE D'ORLU

④ 05 61 64 21 70

Ouvert toute l'année.

Réserve nationale de Chasse et de Faune sauvage. Aux confins des Pyrénées ariégeoises et catalanes, dans le massif du Roc Blanc-Carlit, près d'Aix-les-Thermes, la réserve couvre 4 150 hectares de hautes montagnes de 930 à 2 765 mètres d'altitude. On peut y observer près de 800 isards – le chamois pyrénéen- et aussi marmottes, aigles, hermines, faucons, aigle royal, grand tétras, qui y ont élu domicile. Ici on diversifie la faune en favorisant de nouvelles espèces (gypaète), et on préserve celles qui sont présentes (lagopède, grand tétras, desman, vautour, aigle royal). Dans un cadre superbe, de nombreuses randonnées sont possibles ; vous pourrez observer, si vous êtes discrets, des isards, des marmottes et des rapaces. Idées de balades, avec des bonnes chaussures : la vallée d'En Gaudu à 1h de marche du parking. Le refuge gardé d'En Beys (1 950 mètres), lui, se trouve au cœur de la Réserve, il est accessible en environ trois heures de marche en saison estivale.

## Jardins

### ■ PARC AUX BAMBOUS

Broques

LAPENNE

④ 05 61 60 52 11

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

[info@parcauxbamboos.com](mailto:info@parcauxbamboos.com)

Jardin remarquable. Ouvert d'avril à mi-novembre. De juillet à la mi-septembre ouvert tous les jours de 11h à 18h. Pendant les vacances scolaires du mercredi au dimanche de 11h à 18h. Hors vacances du mercredi au vendredi de 14 à 18h, samedi et dimanche, jours fériés et ponts de 11h à 18h. Restaurant ouvert en haute saison. Adulte : 7,50 €. Enfant (de 4 à 12 ans) : 3,50 €. Groupe sur réservation uniquement. CB non acceptée. Chèque Vacances. Visite guidée. Boutique. Animations. Animaux tenus en laisse admis.

Dans le parc aux bambous de quatre hectares, à Lapenne, ce végétal est à découvrir sous toutes ses formes le long d'un parcours empreint de divertissement et de spiritualité. Qu'ils soient flèches, parapluies, noueux, nains ou géants, leur découverte emplit l'âme de sérénité. La visite démarre dans un bois centenaire, où l'on frôle les bambous ombrageant les allées. Plus loin, on s'émerveille devant un large bambou parapluie. Près d'un ancien passage à gué, des bambous géants s'élevant vers le ciel peuvent pousser entre 40 à 50 centimètres par jour. La rotonde des petits bambous abrite des *Chimonobambusa marmorea* et des *Quadrangularis* sous un cercle de robiniers et conduit nos pas vers une clairière d'aubépines blanches par le chemin creux.

Par la suite, l'allée des troncs laisse la part belle aux graminées et aux bambous nains, et ouvre une belle perspective vers la colline voisine. Au jardin du passage, la vie se déroule entre l'origine et la fin du monde. Ici, deux chênes pubescents affrontent la porte de l'au-delà représentée par deux chênes s'écartant en V. Plus loin, le jardin aux fleurs renoue avec le plein soleil. D'abondantes variétés rivalisent ici de couleur et de parfum. On retourne parmi les bambous dans le labrinthe composé de bambous flèches. Ses tiges fines, rectilignes, lisses et rigides font de redoutables flèches, et, dans le Japon du XVI<sup>e</sup> siècle, la tribu qui avait le monopole de ce bambou dominait le reste du pays. La promenade s'achève dans l'allée des collections où l'on est surpris par la diversité des formes et des couleurs de la plante ancestrale. Un accueil restaurant vous attend chaque jour.



Gentianes.

# ÉCONOMIE

*Le département brille sur différents secteurs économiques : l'agriculture, bien sûr, et dans une moindre mesure l'élevage (ovins, bovins, chevaux) mais c'est l'extraction du talc qui constitue l'activité la plus typiquement ariégeoise. Actuellement, la production hydroélectrique de l'Ariège représente environ le cinquième de la production pyrénéenne. L'Ariège, fidèle à ses traditions métallurgiques, travaille le métal pour l'industrie de précision et l'aéronautique. Dans un autre registre, le tourisme est un facteur essentiel de développement et dispose d'un fort potentiel. Toute activité confondue, l'Ariège compte plus de 5 000 entreprises inscrites au Registre du Commerce et des Sociétés.*

## Ressources naturelles

L'aspiration du département est de valoriser toutes les potentialités dont il dispose que ce soit par son agriculture, ses espaces naturels, son patrimoine forestier ou bâti, mais également par ses nombreuses ressources en eau et de conserver et préserver le patrimoine départemental. Souhaitant par la même, permettre à la génération actuelle de vivre au pays et d'y travailler en offrant à tous une juste rétribution du travail tout en laissant aux générations futures un environnement propre à perpétuer la qualité de vie qui caractérise l'Ariège, tout en permettant d'avoir les moyens de pouvoir continuer à y vivre.

## Environnement et énergies

Grâce au nombre important de réserves d'eau, le département est à même de produire un grand quantité d'électricité. Par le développement de sa filière bois, véritable moteur dans le développement de la voie énergétique en aidant à la réalisation de 18 chaufferies publiques pour une production d'énergie de 2,8 MW et 1 500 tonnes de bois

utilisées. En matière de traitement des déchets, l'Ariège a tout mis en œuvre pour une collecte optimale avec des centres de tri dispersés sur tout le territoire. Nous pouvons affirmer que notre département est éco-responsable. Par exemple l'entretien chimique des bas-côtes de la voirie a été remplacé par un entretien mécanique pour les tronçons qui le permettent, et a permis de diminuer la concentration en matière active. Des techniques de régénération des chaussées permettent une réutilisation des matériaux en place évitant ainsi extraction et transports de matériaux issus de carrières ou gravières.

## Agriculture

L'Ariège dispose d'une surface agricole utile stable représentant 42 % de la surface du département et une surface boisée importante (41% du territoire départemental). Quatre régions agricoles avec des productions et des modes de production spécifiques : plaines, coteaux, Piémont pyrénéen, Pyrénées. L'agriculture est tournée essentiellement vers l'élevage ovin et bovin, la culture de céréales (blé et maïs) et d'oléagineux (tournesol, soja, colza). Par contre, nous assistons à un nombre d'exploitations en baisse et un nombre élevé de chefs d'exploitation ont plus de 40 ans (baisse du nombre d'installations et prise de responsabilité tardive) et une restructuration de la profession avec des exploitations de plus grande taille et davantage sous forme de sociétés.

## Industries

L'industrie est très présente dans le développement économique de l'Ariège. Le tissu industriel se répartit ainsi dans l'ordre du plus important au moins important : le textile, la métallurgie et l'industrie des métaux, l'industrie agro-

PHOTOGRAPHIE : PHOTOBEST



Maisons au bord du Salat, Saint-Girons.



Saint-Jean-de-Verges.

alimentaire, les filières bois et papier, la chimie, caoutchouc et plastiques, les matériels électriques et électroniques et enfin l'extraction de produits non énergétiques.

## Tertiaire

Un tissu économique qui se caractérise par une majorité d'établissements commerciaux ou de services de petite taille : 91 % d'établissements de moins de 9 salariés (dont 86 % sans salarié) contre 1 % de plus de 50 salariés et 80 % d'établissements dans les secteurs du commerce ou des services contre 20 % pour l'industrie. La répartition détaillée se fait ainsi : 37 % d'industrie, 27 % de services, 24 % de commerces et 12 % bâtiments. L'Ariège est le troisième département au plan national pour la création d'entreprise (+ 11,6 % sur l'ensemble des établissements). Une évolution positive de la démographie d'entreprise +31 % de créations pour 18 % de radiations), qui ne compense pas la perte d'effectifs. Une croissance qui profite à tous les territoires mais avec des disparités géographiques significatives : Foix, Haute Ariège (+ 25 % du solde des établissements), Portes d'Ariège Pyrénées (+ 40 %), Couserans (+ 14 %), Pyrénées cathares (+ 21 %). Une croissance concentrée principalement sur le secteur des services (+ 55 %).

## Tourisme

Le tourisme est désormais pour l'Ariège un secteur à fort potentiel et propose une offre de produits diversifiée

(patrimoine, musées, culture, festivals, sports de pleine nature), une fréquentation autour d'1,5 million de touristes (9,2 millions de nuitées), une durée moyenne de séjour qui se situe dans une fourchette de 6 jours, essentiellement concentrée sur le mois d'août, une clientèle étrangère, (principalement espagnole, anglaise, néerlandaise et allemande, une saison d'hiver cruciale (1/4 des nuitées), tributaire des aléas météo. On constate également le poids et la stabilité de l'activité du thermalisme (près de 400 emplois), étalée sur la saison et un nombre d'emplois directs en progression régulière, autour de 2 000 emplois (pour 3 000 emplois indirects). On assiste à une progression significative des résidences de tourisme et des centres de vacances et l'Ariège est le second département de la région pour la qualité de ses campings avec 42 % des emplacements « Camping Qualité ». Avec un cadre naturel préservé, l'étagement en altitude (de 200 à 3 000 m) et la conjonction de 3 influences climatiques, atlantique, montagnarde et méditerranéenne, offrent une diversité faunistique et floristique précieuse qui favorise l'expansion du tourisme vert. Les 7 stations de sports d'hiver (5 stations de ski alpin et 2 stations de ski de fond) permettent au département de bénéficier d'une double saison ; elles connaissent toutefois les difficultés liées aux conditions d'enneigement et à l'insuffisance de prestations associées. Le thermalisme, structuré autour de trois stations (Ax-les-Thermes, Aulus-les-Bains, Ormolac-Ussat-les-Bains), enregistre un tassement, heureusement limité dans un contexte régional et national en retrait.

## Aristide Bergès

Né à Lorp, non loin de Saint-Girons, cet Ariégeois est surnommé « le père de la houille blanche » (chutes d'eau). Après avoir étudié l'hydrostatique, il invente des turbines hydrauliques. Pour disposer de l'énergie maximale à l'entrée de la turbine, Bergès met au point les conduites forcées et découvre « la houille blanche ». Il était désormais possible d'entrainer une dynamo par une turbine hydraulique pour utiliser le courant, et alimenter, à distance, un moteur électrique.

# HISTOIRE

14 000 ans d'histoire, c'est la période couverte par l'Ariège. Des grottes préhistoriques aux grottes minières du XIX<sup>e</sup> siècle, le département possède un patrimoine historique exceptionnel. Gaston Phoebus, les magdaléniens et aziliens, les cathares, la guerre des Demoiselles, les guerilleros espagnols et autres francs-tireurs partisans, Delcassé, Delpach, Clausel, un ancien président du Sénat... l'Ariège fourmille de grands hommes et de grandes idées.

## Préhistoire

Nos ancêtres les Magdaléniens... C'est ainsi que débute l'histoire connue de l'Ariège environ 15 000 ans avant J.-C. Avec la Dordogne, notre département est le plus riche en grottes ornées du paléolithique supérieur, entre 30 000 et 10 000 ans avant J.-C. Les grottes de Niaux, de la Vache, à Alliat, de Bédeilhac, se rattachent notamment à cette époque. Un peu plus tard, soit 8 000 ans avant Jésus-Christ, le thermomètre est remonté de quelques degrés et l'on rentre dans la période de l'azilien, du nom de ce gigantesque ensemble souterrain qui se déploie dans une succession de salles et de galeries, au cœur même du Plantaurel, aujourd'hui sur la commune du Mas-d'Azil. Mais cette grotte a été occupée depuis l'époque moustérienne (c'est plus ancien !) environ 50 000 ans avant Jésus-Christ.

## Antiquité

Au début de notre ère, César aurait mis le pied sur le sol gallique vers l'an 58 avant Jésus-Christ. L'Ariège actuelle était alors habitée par divers peuples d'origine ibérique, du moins dans la région du comté de Foix. Les Romains ont laissé de nombreuses traces de leur passage : routes, monuments, grosses tours carrées, restes de camps, monnaies, objets divers... A partir du III<sup>e</sup> siècle, le christianisme commence à apparaître grâce à Saturnin (plus connu sous le nom de saint Sernin) et à ses disciples. L'évêché du Couserans est créé avec saint Valère ou Valier comme premier titulaire. Le temps passe vite, même lors des premiers siècles de notre ère, et au VIII<sup>e</sup> siècle, d'après la légende, saint Lizier aurait défendu par ses prières la capitale Lugdunum Consonorarum contre les Wisigoths et serait parvenu à la sauver. C'est à lui que la ville doit son nom actuel.

## Moyen Âge

Mais voici que se profile la haute silhouette de l'empereur à la barbe fleurie, le grand Charlemagne. Nous sommes au VIII<sup>e</sup> siècle. Vers 780, bien décidé à en découdre avec les envahisseurs, Charlemagne remonta le cours de l'Ariège et campa dans la petite plaine de Tarascon,

## Visite chez nos ancêtres

### ■ LE VILLAGE GAULOIS – L'ARCHÉOSITE ★

RD 25

La Chaussée

RIEUX-VOLVESTRE

© 05 61 87 16 38

[www.archeosite-gaulois.asso.fr](http://www.archeosite-gaulois.asso.fr)

[archeositegaulois@wanadoo.fr](mailto:archeositegaulois@wanadoo.fr)

Basse saison : ouvert tous les jours et les jours fériés de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 10h à 19h. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 17 €. Enfant (de 5 à 14 ans) : 15 €. Pass famille : 58 €. Tarifs réduits en basse saison et pour les étudiants, les demandeurs d'emploi et les personnes handicapées. Chèque Vacances. Boutique.

Sur neuf hectares de terrain, ce village grandeur nature a été reconstitué avec une rigueur scientifique et historique indéniable. Dès son arrivée, le visiteur est impressionné par la fortification du village qui court sur plus de 200 mètres. Un fossé profond est surmonté d'une forte palissade réalisée de pieux en bois. L'ouverture monumentale est fortifiée, elle achève l'ouvrage et permet, grâce à une porte à double battant, de pénétrer à l'intérieur du village. Au gré des chemins, on découvre des constructions faites de terre et de chaume destinées à l'habitation pour certaines, à l'atelier d'artisans pour d'autres. En bordure de Garonne, on assiste à la vie quotidienne de nos ancêtres, entre 450 et 52 avant J.-C., et on découvre le travail des artisans de l'époque gauloise.

Aux quatre coins du village, les animateurs expliquent avec beaucoup de pédagogie et à l'aide de démonstrations les gestes d'autrefois : forge, orfèvrerie, bronze, poterie, teinture, tissage, boisillage, frappe de monnaie, etc. Un jeu attend les enfants en âge de lire, leur permettant de découvrir d'une façon ludique la vie des Gaulois. Le parc est entièrement ombragé, il est doté d'une aire de pique-nique et d'une boutique de souvenirs.



© Anibal Freij - Shutterstock.com

DÉCOUVERTE

Grotte de Niaux.

dans un lieu que l'on nomme encore aujourd'hui le Pré Lombard ; Charlemagne y aurait livré une glorieuse bataille le 8 septembre. A la suite d'une apparition miraculeuse, c'est en cet endroit encore que fut construit le sanctuaire de Notre-Dame-de-Sabart, en reconnaissance de la victoire qui affranchit le pays de l'oppression des Sarrasins. Création du Comté de Foix. 1002, date importante entre toutes, est peut-être la plus digne d'être retenue. Cette année-là est rédigé le premier document faisant mention du pays et du château de Foix : c'est la création du comté de Foix. Les comtes de Foix vont faire du Sabarthès une zone quasiment inviolable comprenant dix-sept châteaux forts et six grottes fortifiées. 1208, deuxième date majeure pour le Languedoc et pour l'histoire de notre département, et dont les conséquences sont encore vivaces. En janvier, Pierre de Castelnau, légat du pape, est assassiné. Philippe Auguste, le roi de France, cède aux instances du pape Innocent III et appelle à la croisade contre les hérétiques cathares, laquelle va dégénérer en massacres et en expropriations. Le Nord catholique et pauvre se rie sur le Midi cathare fort riche. Un homme, Simon de Montfort, prend la tête de la croisade contre les Albigeois, et devient féroce célèbre dans tout le Languedoc. A partir de 1204, le château de Montségur devient un des hauts lieux, physiques et spirituels, du catharisme. Il va subir quatre sièges dont trois infructueux jusqu'au fatidique mois de mars 1244. Et Montségur tomba. 750 ans plus tard, le fracas de sa chute fait encore trembler le Languedoc.

Le 16 mars 1244, plus de 200 Cathares montèrent sur le bûcher, en un lieu que l'on appelle aujourd'hui Le Prat dels Cremats, le Pré des Brûlés. Pas un ne renonça à ses croyances et l'on rapporte qu'ils se jetèrent volontairement dans les flammes, sans un cri, sans une plainte. Pour commémorer le 750<sup>e</sup> anniversaire de la chute de ce dernier bastion symbolique du catharisme, une stèle – en fait un énorme bloc de granit de la montagne ariégeoise – a été inaugurée le 16 mars 1994, au pied de

la citadelle. Elle porte ces mots : « En ce lieu, le 16 mars 1244, plus de 200 personnes ont été brûlées. Elles n'avaient pas voulu renier leur foi. » Malgré ces temps troublés, le XIII<sup>e</sup> fut aussi une période de reconstruction politique et sociale. Un grand nombre de villages, villes ou bourgs furent érigés en communes avec des chartes très libérales et purent s'adonner à l'agriculture et à l'industrie. Quelques nouvelles villes appelées bastides furent créées : Saint-Ybars en 1241, Mazères en 1252, La Bastide-de-Sérou en 1256, Le Mas-d'Azil en 1286... Après les orages qui viennent d'assombrir le ciel du comté de Foix, un soleil se lève qui a pour nom Gaston Fébus. Le plus célèbre des comtes de Foix, qui gouverne de 1345 à 1391, va donner un lustre éblouissant à son comté ainsi qu'à celui du Béarn. C'est ainsi qu'en 1390 il reçoit Charles VI, roi de France, dans son château de Mazères où avaient lieu, régulièrement, de somptueuses fêtes lorsque la guerre laissait quelque répit aux seigneurs et aux chevaliers.

## De la Renaissance à la Révolution

Des années 1630 datent, sur ordre de Richelieu, la destruction et le démantèlement de presque tous les châteaux et toutes les fortifications de l'Ariège. Terrible décision qui serre le cœur aujourd'hui encore, lorsque le touriste et l'amoureux des vieilles pierres ne contemplent que quelques pans de ruines au lieu d'admirer un superbe et orgueilleux château fort. La politique a parfois des raisons qui indignent la raison... Et survient 1789. Nourris de la tradition démocratique, les Etats de Foix célèbrent avec enthousiasme l'avènement de la I<sup>e</sup> République et celles qui suivront. Une des conséquences importantes de la Révolution fut la division territoriale et administrative du royaume et la création des départements. Un décret de l'Assemblée nationale du 27 décembre 1789 crée le département de l'Ariège, avec Foix pour centre de l'administration, 3 districts et 28 cantons.

## Militaires ariégeois

► **Bertrand Clausel.** Né à Mirepoix le 12 décembre 1772, mort le 21 avril 1842. Entré au service très jeune, il se distingua dans les guerres de la République. Général de brigade en 1799, général de division en 1802, il prit une part glorieuse aux campagnes du Premier Empire. En 1815 il se rendit en Amérique, fut condamné à mort par contumace (1816), puis amnistié (1820). De retour en France, il fut élu député de l'Ariège en 1827 et en 1830. Créé maréchal de France en 1831, il fut nommé gouverneur et commandant en chef en Algérie et prit part à toutes les guerres de la conquête.

► **Michel Roquejoffre.** Le plus grand titre de gloire de ce général d'armée à la brillante carrière militaire est d'avoir commandé les Forces françaises en Arabie saoudite, en Irak et au Koweit, lors de l'opération Daguet au cours de la guerre du Golfe, du 17 septembre 1990 au 28 avril 1991. Parmi ses postes à hautes responsabilités, il fut d'abord Chef d'Etat Major puis commandant de la Force d'Action Rapide (FAR) et adjoint opérationnel au gouverneur militaire de Paris. Bien que né à Paris le 28 novembre 1933, c'est un enfant de Pamiers qu'il a connu dès sa plus tendre enfance et qu'il n'a jamais quitté longtemps. Il y vit régulièrement depuis 1993, date de la fin de son service actif. Il fut d'ailleurs premier adjoint au maire de Pamiers, André Trigano, de 1995 à 2001. Il a été membre du Haut Conseil de la Mémoire Combattante, de 1998 à 2003 et aujourd'hui il met son talent et ses remarquables qualités humaines au service de l'Office National des Anciens Combattants.

## De la Révolution au XXI<sup>e</sup> siècle

Au sein de la nouvelle organisation de la France où Paris devient le centre, les Etats de Foix, jusque-là autonomes et relativement indépendants, se retrouvent dans un département excentré, loin des centres de décision du pays et voués déjà à un isolement néfaste.

Le XIX<sup>e</sup> est le siècle de l'industrialisation ; l'Ariège voit la prolifération et le succès des forges à la catalane – grandes consommatoires de bois et de forêts pour fondre le minerai. A l'aube du XXI<sup>e</sup> siècle, où les technologies nouvelles et en particulier celles de communication rapprochent les hommes et permettent d'accélérer les échanges, l'Ariège se dote d'infrastructures routières (tunnel du Puymorens, aménagement de la RN20, tunnel routier de Foix, autoroute l'Ariégeoise) et d'accueil d'entreprises aptes à renouveler le territoire départemental (Cap Delta). Parmi les points faibles, il faut citer un secteur agricole en régression, une population vieillissante, un taux de chômage dans

la moyenne française (donc très élevé), et une industrie en perte de vitesse, avec notamment la fermeture du site Péchiney d'aluminium. Heureusement, le département possède d'incontestables atouts : un artisanat traditionnel mais vivace, une vie culturelle et associative en plein essor, une progression spectaculaire du secteur tertiaire, des relations internationales qui se développent puisqu'elles ont doublé de 1980 à 2000, notamment dans le textile et l'habillement, la métallurgie, les minéraux et le papier carton. Mais un des secteurs clés de l'économie ariégeoise est, sans nul doute, celui des loisirs et du tourisme. L'offre culturelle est très diversifiée avec des festivals musicaux (Saint-Lizier, Lavelanet), des fêtes médiévales (Foix, Mazères), des animations, des fêtes locales... Le tourisme de santé et de mise en forme est particulièrement florissant à Ax, Aulus et Ussat-les-Bains. Tant de richesses, d'espoirs et de forces ne doivent pas péricliter. Les premiers effluves d'un vent nouveau commencent à parfumer l'Ariège. Ce département détient les moyens d'un avenir plus lumineux, maîtrisé par les Ariégeois, s'il accepte le sang neuf venu d'ailleurs. Les différences ne se combattent pas, elles se complètent et s'ajoutent.

## De nos jours

Intéressante et originale initiative de l'Agence de Développement Touristique de l'Ariège que sont les Routes du Catharisme et du Moyen Âge. Les acteurs touristiques de l'Ariège et du Berguedà (en Catalogne espagnole) se sont associés dans une démarche commune de qualité et de gestion environnementale pour vous faire découvrir leurs régions. Empruntez les Routes de Découverte Economique, celles des Saveurs ou bien alors, celles du Catharisme et Moyen Âge afin d'y visiter châteaux, sites touristiques, ateliers, exploitations, usines, musées... Au fil de la route, divertissez-vous en participant aux fêtes, festivals et manifestations qui se succèdent tout au long de la saison... Offrez-vous une pause détente et gourmande auprès des nombreux hébergements touristiques et restaurants, tous sélectionnés et engagés en gestion environnementale.

© PHOTOPQR



Le château de Foix.

# HOMMES POLITIQUES ARIÉGEOIS

23

► **Théophile Delcassé.** Celui qui fut plusieurs fois ministre sous la III<sup>e</sup> République, notamment des Affaires étrangères, est né à Pamiers le 1<sup>er</sup> mars 1852. Conseiller général du canton de Vicdessos en 1888, il devint député de Foix en 1889 et le restera jusqu'en 1919, date de sa retraite politique. Après avoir été sous-secrétaire d'Etat aux colonies, puis ministre des Colonies, il sera ministre des Affaires étrangères, puis ministre de la Marine et de nouveau ministre des Affaires étrangères jusqu'à sa démission le 13 octobre 1915. Il meurt le 26 juillet 1928 et il repose au cimetière de Montmartre, à côté de son fils. Le 20 septembre 1936, un monument à la gloire de Théophile Delcassé fut inauguré à La Ramade, dans le canton de Vicdessos. Il est composé de 11 blocs de granit qui symbolisent les 11 communes du canton dont il fut conseiller général et sur lesquels se dresse un bloc beaucoup plus important qui représente l'éminent homme d'Etat.

► **Gaston Febus.** Il fut tour à tour, et avec brio et panache, guerrier, séducteur, poète, chasseur... pour ne parler que des aspects les plus marquants de sa personnalité. Trouvant peut-être que le nom de Gaston III de Foix était quelconque, il se fit appeler Gaston Fébus, référence à Apollon ou Phoebus qui était le dieu des arts, de la poésie, du jour et du soleil. Il faut dire que ce comte de Foix rayonnait vraiment. Ses succès militaires répétés et les nombreuses annexions qui s'ensuivirent en firent un redoutable et vénéré seigneur. Au milieu du tourbillon d'activités qui étaient les siennes, il prit le temps d'écrire *Aquelhos mountahos* qui clôture, de nos jours, tout banquet ariégeois qui se respecte. Il a aussi rédigé un livre sur la chasse, utilisé par les princes et les rois durant trois siècles pour apprendre l'art cynégétique. Il possédait lui-même une meute de plus de 1 000 chiens. Cette passion lui fut d'ailleurs fatale puisqu'il mourut d'une hémorragie cérébrale lors d'une chasse à l'ours, en août 1391. C'est ainsi que s'éteignit un des plus éclatants soleils ariégeois.

► **Joseph Lakanal.** Acteur de la Révolution française. Cet Ariégeois de tout premier plan qui a profondément marqué la Révolution française est né le 14 juillet 1762, à Serres-sur-Argent, près de Foix. Dès le début de la Révolution, ce philosophe se passionne pour les idées nouvelles et notamment celles de Jean-Jacques Rousseau. Élu député de l'Ariège de la Convention le 5 septembre 1792, il votera en janvier 1793, comme

tous les autres députés ariégeois, la mort du roi. Sa carrière politique s'arrêtera prématûrement en 1797. Mais le titre de gloire de Lakanal est d'avoir fait adopter un système cohérent d'instruction publique. Il préconise la création de vingt-quatre mille écoles, véritable naissance de l'enseignement primaire et le principe de l'enseignement des filles est reconnu. Peu après avoir été élu président de l'Académie des Sciences Morales et Politiques, il mourut à l'âge de 82 ans et repose au cimetière du Père-Lachaise.

► **Auguste Delpech.** Homme politique français né le 22 décembre 1846 à Bonnac et décédé le 11 mars 1935 à Toulouse. Enseignant, il occupe plusieurs postes dans l'enseignement secondaire. Un temps révoqué pour ses opinions républicaines, en 1877, il finit par être nommé au lycée de Foix. Il collabore également à de nombreux journaux, y compris pendant sa carrière politique. Il est conseiller municipal de Foix de 1888 à 1890 puis conseiller général de 1898 à 1901 et de 1903 à 1913. Il est sénateur de l'Ariège, inscrit au groupe de la Gauche républicaine, de 1894 à 1912. Très anticlérical, il a été Grand Maître du Grand-Orient de France et membre fondateur de la Ligue des droits de l'homme.

► **Jean-Pierre Bel.** Ariégeois d'adoption qui a pris la tête du Sénat de 2011 à 2014, à 59 ans. Ce Tarnais d'origine, et député de l'Ariège, accède à la présidence de la chambre haute du Parlement suite à la victoire du Parti Socialiste aux élections sénatoriales de septembre 2011, battant avec 189 voix contre 134 le président sortant Gérard Larcher. Une victoire symbolique puisque c'est la première fois qu'un socialiste accède au Plateau et devient le «deuxième personnage de l'Etat». La fonction, on le rappelle, le ferait assurer l'intérim en cas de vacance de la présidence de la République. Peu connu du grand public, Jean-Pierre Bel n'a pourtant plus à faire ses preuves. Lui qui fut responsable d'un centre de vacances à Font-Romeu, puis directeur d'un office de tourisme, débute sa carrière politique en 1983 comme maire de Mijanès puis est élu au conseil régional de Midi-Pyrénées en 1992 et au conseil général de l'Ariège en 1998. En 1998 aussi, il devient sénateur de l'Ariège avant de s'imposer comme secrétaire du Sénat en 2001, année à laquelle il prend les rênes de la mairie de Lavelanet. En 2004, il est désigné à la présidence du groupe socialiste au Sénat, succédant à Claude Estier puis fut donc président de cette même institution de 2011 à 2014.

The advertisement features a collage of travel-related images including a landscape, a laptop screen displaying a travel guide interface, and several travel brochures. Text overlays include "PARCE QUE VOUS ÊTES UNIQUE...", "VOUS RÉVIEZ D'UN GUIDE SUR MESURE", and "A VOUS DE JOUER !". The "my petitfute" logo is prominently displayed at the bottom right, along with the website "WWW.MYPETITFUTE.COM".

# PATRIMOINE ET TRADITIONS

*Le patrimoine ariégeois est immensément riche et dans de nombreux domaines : un patrimoine naturel, incroyable de diversité et d'authenticité, un patrimoine culinaire traditionnel et très rustique, un patrimoine historique que toutes les régions de France nous envie avec nos 14 000 ans d'histoire, nos grottes peintes authentiques, nos châteaux cathares, nos abbayes. Mais notre plus beau patrimoine ce sont les Ariégeois, uniques, râleurs, têtus, mais francs, accueillants, sympathiques et profondément attachants.*

## Patrimoine culturel

### Littérature

Outre un grand philosophe, l'Ariège a produit des écrivains, des poètes, des romanciers et de nombreux historiens comme des médiévistes célèbres ou des chercheurs spécialisés dans la préhistoire. Il suffit de voir les rayons des livres ariégeois dans les meilleures librairies pour se rendre compte de la prolétixité de nos auteurs. Les plus célèbres étant Adelin Moulis qui a vécu près de 100 ans et qui a consacré sa vie à l'histoire et au folklore de l'Ariège. Plus moderne, le romancier Georges-Patrick Gleyzes qui a publié chez Albin Michel ou Terre de Poche de Borée. A noter un ouvrage exceptionnel de Gilles Castroviejo qui pendant des années a collecté, classé, répertorié tout ce qui a été publié en Ariège. Ce travail colossal a donné naissance au *Livre des livres d'Ariège* aux éditions Lacour.

## Patrimoine architectural

### Villes et villages

► **Le pays des bastides.** Les bastides d'Ariège sont les suivantes : La Bastide-de-Besplas, La Bastide-de-Bousignac, La Bastide-de-Lordat, La Bastide-du-Salat, La Bastide-de-Sérour, La Bastide-sur-l'Hers, Campagne-sur-Arize, Mazères, Mirepoix, Montjoie-en-Couserans, Rimont, Roquefixade, Tarascon-sur-Ariège, Villeneuve-d'Olmes, Villeneuve-du-Bosc, Villeneuve-du-Paréage.

### Architecture religieuse

► **Eglises romanes.** L'Ariège est connue pour ses paysages, ses forêts, ses montagnes et la luxuriance de sa végétation. Elle mérite aussi d'être visitée pour la

floraison d'églises qu'elle abrite, jusque dans les hameaux les plus reculés. Trois édifices méritent une attention particulière : la cathédrale de Saint-Lizier, Notre-Dame de Vals et Saint-Martin d'Uzac. Mais de nombreux autres villages abritent des églises remarquables, en général classées monuments historiques : Sainte-Suzanne, Mérens, Vernaux, Axiat, Arnave, Mercus, Saint-Jean-de-Verges, Saint-Félix-de-Tournegat, Vic-d'Oust, Soueix... La liste pourrait être considérablement allongée. Qu'elles soient du premier art roman (XI<sup>e</sup> siècle) ou plus tardives, elles émeuvent par la rusticité de leurs lignes, surprennent par la qualité architecturale de leurs constructions et laissent admiratifs devant les objets d'art et autres statues ou retables qu'elles renferment. Au-delà de leur signification religieuse, les églises romanes d'Ariège constituent un témoignage exceptionnel du savoir-faire des ouvriers et compagnons du Moyen Âge (certaines églises ont plus de 1 000 ans !) et l'on médite sur la solidité de cette beauté qui a traversé tant de siècles. L'office de tourisme des Vallées d'Ax propose un circuit de 22 visites.

Même si la quasi-totalité des châteaux sont aujourd'hui en ruines ou ont entièrement disparu, ils doivent être mentionnés comme témoins d'une époque révolue et symboles encore vivants et présents de périodes trop souvent marquées par les guerres et les affrontements. Le seul château parfaitement conservé et dont la construction s'étala sur plusieurs siècles, est le château de Foix. Le plus célèbre, bien que partiellement détruit, est celui de Montségur (voir détails à la rubrique « Immanquables »). D'autres, au cours du Moyen Âge, ont joué un rôle majeur : Péaille, Château-Verdun, La Garde, Mirabat, Miglos, Montréal-de-Sos, objet de fouilles actuelles, Pailhès, Quié... et bien d'autres encore. A quelques minutes de Niaux, dans la vallée de Vicdessos, le petit village de Siguer possède une maison Renaissance, de 1587, qui, selon la tradition, aurait été le rendez-vous de chasse des comtes de Foix.

Les pans de bois sculptés de la façade en font un bâtiment exceptionnellement beau. Les couverts en bois sculptés de Mirepoix, datant du XII<sup>e</sup> siècle, les maisons à colombages de Foix, bien cachées dans les ruelles de la vieille ville, les orris des bergeres, constructions rustiques en pierres sèches, les châteaux particuliers datant des XVII<sup>e</sup> et XIX<sup>e</sup> siècles, sont autant de constructions chargées d'histoire et de témoignages sur le génie créatif des hommes.



A VOUS DE JOUER !

my **petit fute**  
mon guide sur mesure  
[WWW.MYPETITFUTE.COM](http://WWW.MYPETITFUTE.COM)



# PARLONS VRAI

SOPHIE GAILLARD PATRICK ROGER NATACHA POLONY

BRIGITTE LAHAIE LIANE FOLY VALÉRIE EXPERT ANDRÉ BERCOFF

JACQUES PESSIS MICKAËL DARMON PHILIPPE DAVID CHRISTOPHE BORDET

YOLAINNE DE LA BIGNE NATACHA HARRY LAURENCE PERAUD

La radio généraliste et nationale

**PAMIERS 90.3  
FOIX 103.3**

ÎLE-DE-FRANCE PARIS 99.9 ARIÈGE AX-LES-THERMES 103 FOIX 103.7 PAMIERS 90.3 ST-GIRONS 88.5 TARASCON 89.2 VICEDOSSOS 102 AUDE CARCASSONNE 104.7 AVEYRON MILLAU 101.4 RODEZ 104.4 SAINT-AFFRIQUE 103.1 VILLEFRANCHE-DE-ROUERGUE 104 BOUCHES-DU-RHÔNE MARSEILLE 95.1 TARASCON 95.2 CANTAL AURILLAC 101 MAURIAC 88.6 CORRÈZE BRIVE-LA-GAILLARDE 97.8 TULLE 95.4 USSEL 107.2 CORSE CORTE 99.6 DORDOGNE BERGERAC 95.5 PÉRIGUEUX 104.9 SARLAT 107.1 DRÔME VALENCE 95.1 GARD ALÈS 95 LE VIGAN 93.3 NÎMES 95.2 GERS AUCH 102 CONDOM 102 MIRANDE 102 GIRONDE ARCACHON 100.4 BORDEAUX 106 LIBOURNE 106 MÉDOC 103.2 HAUTE-GARONNE CHAMU 98.2 LUCHON 104 SAINT-GAUDENS 102 TOULOUSE 101.4 HAUTE-LOIRE LE PUY 91 HAUTES-PYRÉNÉES ARGELES-GAZOST 102 ARreau 100.9 CAUTERETS 96.2 LOURDES 102.2 TARbes 102 HAUTE-SAVOIE THONON-LES-BAINS 104 CHAMONIX 106.6 HAUTE-VIENNE LIMOGES 90.5 HÉRAULT BÉDARIEUX 102.6 MONTPELLIER 104.7 Sète 104.9 LANDES DAX 102 MONT-DE-MARSAN 94.1 LOT CAHORS 105 FIGEAC 103.8 PUY-L'ÉVÊQUE 96 SAINT-CÉRE 95.3 SOUillac 93.3 LOT-ET-GARONNE AGEN 102.3 VILLENEUVE-SUR-LOT 102.9 LOZÈRE MENDE 101.9 PUY-DE-DÔME CLERMONT-FERRAND 88.1 PYRÉNÉES-ATLANTIQUES BAYONNE 103.9 OLORON-ST-MARIE 102 PAU 102 ST-JEAN-PIED-DE-PORT 101.9 PYRÉNÉES-ORIENTALES FONT-ROMEU 102.3 PERPIGNAN 103.2 PRADES 105.7 TARN ALBI 101.2 CARMAUX 102.5 CASTRES 104.7 MAZAMET 104.1 TARN-ET-GARONNE MONTAUBAN 104.7 VAUCLUSE AVIGNON 95.2 APT 95.3 PRINCIPAUTÉ DE MONACO - MONTE-CARLO MONACO 97.9 CÔTE D'AZUR NICE 97.9 MENTON 97.9 ANTIBES 97.9 CANNES-EST 97.9 CAGNES-SUR-MER 97.9 SAINT-LAURENT-DU-VAR 97.9

EN ÉCOUTE NUMÉRIQUE DAB+ MARSEILLE NICE BIENTÔT LILLE STRASBOURG LYON

 Sud Radio est une des sociétés de Fiducial Médias



ÉCOUTE EN LIGNE SUR [WWW.SUDRADIO.FR](http://WWW.SUDRADIO.FR)



# ÉCRIVAINS, POÈTES ET PHILOSOPHES ARIÉGEOIS

26

► **Pierre Bayle.** Pierre Bayle, philosophe, est né au Carla en 1647. Il n'eut pour maître, jusqu'à l'âge de dix-neuf ans, que son père, pasteur au Carla, qui lui apprit notamment, le latin et le grec. Il poursuivit ses études à l'Académie protestante de Puylaurens, dans le Tarn, manifestant un grand intérêt pour les études sérieuses, puis apprit la philosophie à Toulouse et enfin la théologie à Genève, pendant deux ans. Mais il ne faisait pas bon être protestant en France dans ces années-là. Pierre Bayle se réfugie à Genève en 1670 et ensuite il s'installe définitivement à Rotterdam pour échapper aux peines sévères et aux sanctions qu'il encourt pour sa religion. C'est, en effet, en 1685 que l'Edit de Nantes a été révoqué. Son *Dictionnaire historique et critique*, son ouvrage majeur, conçu pour redresser les erreurs des dictionnaires ou auteurs antérieurs, dépasse nettement ce but et prend position sur de nombreux points. Parmi ses autres œuvres il faut citer *Pensées sur la comète de 1680*, et *Nouvelles de la République des lettres*, dans lequel il fait un travail de critique littéraire et de journaliste, rendant compte des livres et événements contemporains. Il mourut à Rotterdam en 1706.

► **Christian Bernadac.** Ce célèbre historien et écrivain est né à Tarascon. Il est décédé en décembre 2003. Il a d'abord été journaliste à Europe 1, en 1960, avant d'être grand reporter à la télévision à partir de 1963. Au cours de cette période il a notamment couvert la guerre d'Algérie pour « Cinq colonnes à la une ». En 1972, il crée « Inter 3 », premier journal télévisé de la troisième chaîne. Il deviendra par la suite rédacteur en chef des journaux télévisés sur TF1 entre 1975 et 1979, avant de retourner à FR3. Christian Bernadac a écrit une cinquantaine de livres, principalement sur la déportation et les camps de la mort. Quelques ouvrages et romans ont l'Ariège pour cadre. Depuis octobre 2005, une place de Tarascon-sur-Ariège porte son nom.

► **Georges-Patrick Gleize.** C'est à Paris qu'est né Georges-Patrick Gleize en 1952, mais c'est en Ariège qu'il passe son enfance auprès de ses grands-parents. Ses études supérieures à Toulouse le mèneront à un DEA d'histoire méridionale, plus précisément sur les campagnes ariégeoises. Professeur, il enseigne successivement à Aiguillon en Lot-et-Garonne, à Dunkerque puis à Guéret où il anime un BTS tourisme avant de revenir en Ariège en 1991. Il enseigne au

lycée du Castella, à Pamiers. En 2001, il commence une carrière littéraire aux éditions Albin Michel et, à ce jour, il a publié cinq romans dits de terroir : *Le temps en héritage* (2002), *Le chemin de Peyreblanque* (2003), *La vie en plus* (2005), *Le forgeron de la liberté* (2006) et *Un brin d'espérance* (2007). Il s'intéresse au monde rural, « cette France que nous avons perdue, ce passé proche et déjà lointain ». Il fait partie des rares écrivains ariégeois qui ont eu l'honneur d'être publiés dans des collections de poche. Un écrivain ariégeois à découvrir et à suivre !

► **Adelin Moulis.** Historien, poète et folkloriste. Il est né à Fougax-et-Barrineuf, près de Montségur, le 20 juin 1896. Il est mort le 4 mai 1996 à Mazères, en Ariège, à peine quelques semaines avant ses cent ans. La municipalité de Fougax-et-Barrineuf a tenu à organiser une très belle manifestation en son honneur, le 20 juin 1996, en donnant notamment le nom d'Adelin Moulis à une salle de la mairie. Il fut tout à la fois poète, conteur en langue d'oc, folkloriste, historien et surtout amoureux et grand connaisseur de l'Ariège. Il laisse une œuvre considérable entièrement rééditée par l'éditeur Christian Lacour qui a également fait paraître, avec l'aide de Gilles Castroviejo, un certain nombre d'écrits importants de cet auteur qui étaient restés inédits. Auteur absolument incontournable pour qui veut connaître les sites, l'histoire et les personnalités du département.

► **Isabelle Sandy.** Ecrivain, poète et romancière. Songez qu'elle a écrit pendant plus de 80 ans. Née sur le sol ariégeois en 1884, Isabelle Sandy, pseudonyme de Dieudonné Marie Isabelle Fourcade, est décédée à Saint-Martin-de-Caralp à l'âge de 91 ans. Son œuvre est étonnamment abondante et variée : 47 romans publiés, plus de 250 contes, 4 recueils de poésie, 8 ouvrages religieux, plus un bon millier d'articles. Chanteuse passionnée de l'Ariège et de l'Andorre, éperdument amoureuse des montagnes et des paysages de sa région natale, Isabelle Sandy a mis toute la force et l'éclat de son talent à construire une œuvre qui mériterait enfin de resplendir en pleine lumière. Elle repose au cimetière de Saint-Martin-de-Caralp.

► **Olivier de Robert.** « On m'a dit que... », « On raconte, dans la montagne, que... ». Laissez-vous conter les histoires d'Olivier de Robert. D'origine ariégeoise, bien que né à Paris, on se devait de le

PARCE QUE VOUS ÊTES  
**UNIQUE...**

... VOUS RÉVIEZ D'UN GUIDE  
**SUR MESURE**

A VOUS DE JOUER !

**my**petitfute****  
mon guide sur mesure

WWW.MYPETITFUTE.COM

©Shutterstock.com



Tarascon-sur-Ariège, où est né l'historien Christian Bernadac.

signaler en bon investigateur, notre conteur truculent manie le verbe et les histoires d'antan tel Fébus repoussant de sa lame les troupes du Prince Noir. C'est qu'il en a du bagou (Olivier, pas Fébus, quoi que, « il paraîtrait que... »). Mi-conteur, mi-comédien, il fait revivre Jaurès, sur scène, mélangeant politique, histoire et poésie. Notre homme historien de formation, et de passion pour le mot « histoire(s) », a été accompagnateur en montagne et a également le don de l'écriture dispensant de nombreux conseils dans différents ouvrages touristiques, mais également au travers de ses livres de contes et d'un roman. Il se porte fier au travers de ses chroniques sur Internet et dénonce pêle-mêle les casquettes en C15 qui ralentissent le trafic départemental ou sa rencontre avec l'autorité du plateau de Beille. Bref une grande figure (gueule ?) ariégeoise, Olivier toujours avenant et souriant qui dérange certains, en amuse d'autres mais qui guide notre esprit au voyage vers le rire et le rêve.

► **Gilles Castroviejo.** Poète, humaniste, amoureux de la chanson française, des livres et de la vie ; tels sont les mots qui pourrait décrire cet auteur ariégeois, originaire d'Albiès. Gilles Castroviejo a publié une quinzaine d'ouvrages, bibliographies d'Adeline Moulis, poèmes, œuvres sur l'aéropostale, le talc, les poisons... Il possède une bibliothèque personnelle époustouflante et une collection de musiques françaises à rendre jaloux la moindre médiathèque. Il a poussé l'amour des livres à son paroxysme en écrivant

*Le livre des livres d'Ariège*, colossale encyclopédie de tout ce qui a été publié dans notre beau département. Il écrit également des chansons dont *Au-delà du rideau*, en 1988, pour le célèbre groupe Gold. Il paraît même qu'il a longtemps laissé courir sa plume experte dans le terrier de votre renard favori.

► **Raoul Lafagette.** Quelle est cette statue que l'on peut voir dans le jardin de l'hôtel de ville ? Il s'agit d'un homme méconnu, Raoul Lafagette dit « Le poète des Pyrénées », né et mort à Foix (1842-1913). Protégé de Victor Hugo et Alphonse Daudet. Sa première poésie connue s'intitulait *Les chants d'un montagnard*. Lafagette s'impliqua également dans la vie politique ariégeoise sans grand succès.

► **Anne Brenon.** Elle est historienne, archiviste paléographe (spécialiste des écritures anciennes), enseignante, romancière et conservatrice du patrimoine français, mais elle est surtout une spécialiste du catharisme. Auteure de nombreux ouvrages sur le sujet, elle s'attache à en montrer la véritable nature, au-delà des clichés, des à-peu-près et des erreurs qui circulent dans le grand public. Elle a écrit des romans qui, outre leurs qualités littéraires, contribuent à donner une vision plus exacte des mentalités et des événements. Elle a publié plus d'une quinzaine d'ouvrages dont *Les Femmes cathares*, Perrin, 2005, *Père Autier (1245-1310), le dernier des cathares*, Perrin, 2006, *Le Choix hérétique*, La Louve Éditions, 2006, *Les Cathares*, Albin Michel, 2007, *Cathares. La contre-enquête*, Albin Michel, 2008.

## Astérix en Ariège

Par Pyrénix et Petifutos, Obélix serait tombé dans l'azinat magique ? Eh oui, le célèbre petit Gaulois breton et son gros comparse (qui est gros ?) sont un petit peu... ariégeois ! A près de 90 ans, Albert Uderzo a décidé de passer le flambeau et a choisi l'Ariégeois Jean-Yves Ferri pour lui succéder dans l'écriture du scénario des derniers *opus d'Astérix*. Notre scénariste a choisi d'envoyer le Gaulois au casque ailé loin des sangliers et des Romains de Babaorum ou de Petibonum pour lui faire rencontrer les Pictes (les Ecossais) puis voyager pour protéger un important papyrus pour César. Le maître Uderzo a quand même gardé un œil bienveillant sur le travail du scénariste ariégeois. Remplaçons la cervoise par l'hypocras, les sangliers par l'azinat, la potion magique par la saucisse de foie et nous avons là le thème du prochain album : *Astérix en Ariège* !

► **L'empreinte cathare.** Citadelles en ruine d'un côté, fastes célébrations d'un catholicisme triomphant de l'autre... L'Ariège porte les traces, soit visibles, soit enfouies au plus profond des mémoires, des sanglantes croisades menées au XIII<sup>e</sup> siècle pour défaire l'hérésie cathare. Bien des sites et des villes conservent aujourd'hui la marque, et, quelquefois, l'âme de ce qui fut une religion méconnue au temps de la civilisation occitane ancienne qui était celle des troubadours, de la tolérance, de la démocratie et de l'amour courtois... Le catharisme, en fait, demeure mal connu de beaucoup, car appréhendé via des documents provenant plus ou moins directement de l'Inquisition. La désignation « cathare » vient du grec *catharos* signifiant « les purifiés ». Les Cathares eux-mêmes ne se dénommaient que bons chrétiens ou *bonshommes*.

Ni adorateurs du soleil, ni doués de pouvoirs surnaturels, les Cathares étaient donc des chrétiens. Ils pensaient toutefois que leur monde était trop terrible pour être l'œuvre du seul Dieu. Ils croyaient ainsi en un second principe créateur. Ils ne pensaient pas que le bon arbre puisse porter de mauvais fruits (parabole du bon et du mauvais arbre dans l'Evangile selon saint Jean).

Dieu, selon eux, ne pouvait être à l'origine du mal. Pour résoudre ce dualisme latent, ils opposaient le bas monde au Royaume du Père. Il y avait ainsi, pour eux, deux créations, deux créateurs mais un seul Dieu : le Père. Alors que la religion cathare gagnait tout le Midi médiéval, le pape lança la croisade. Celle-ci devint vite une guerre de conquête, tant les enjeux politiques apparaissaient comme puissants. Difficile en effet, de parler des Cathares, et de la croisade contre les Albigeois, sans parler de l'importance politique de ces événements dramatiques. Deux volets sont à distinguer dans cette approche. Tout d'abord, il y a la mobilité de la maison de Toulouse, dont les comtes cherchaient manifestement à se retirer de la dépendance française. Ensuite, il y avait véritablement un risque de « concurrence » pour l'Eglise romaine. En effet, celle-ci était en difficulté du fait de l'instabilité du royaume de Jérusalem et des problèmes inhérents aux croisades, qui recevaient de moins en moins de participation et qui étaient souvent détournées à des fins militaires par les chevaliers croisés. D'un point de vue strictement politique, il est clair que le traité de Paris (traité de Meaux) de 1229 fut un véritable couperet aux volontés d'indépendance du Midi vis-à-vis

© PHONVOR



Gargouille, Pamiers.

# L'hymne ariégeois

Cette chanson est interprétée à la fin de chaque fête, banquet ou événement.

Tout véritable Ariégeois se doit de la connaître et de la chanter la main sur le cœur :

Arièjo ! Arièjo ô moun païs O terro tant aimadoMaire tant adouradoDe prés, dé leign, toutjoun, Toun noum mé réjouis, Arièjo, ô moun païs ! Aimi d'amour tas mountagnos superbos ; L'hiber ious mét un blanc habilloment.Mè dins l'estiu démest las nautos herbos, Les agnélous réguinnon foilloment. Aimi tabé tas planos ta poulidos, Riché tapis dé bignos è dé blats, Tous rius d'argent è tas prados flouridos, E tous planels dé bosques courounats, Per l'auselou, fasco souleil o pléjo, Lé pu bel nids sira toutjoun le siu : Soun Arièjousés ! Dichats-mé moun Arièjo : Cap dé païs n'és poulit coumo l'miu.O moun païs, tant douz à ma mémori, Toun noum aimat es grabat dins moun cor.Oun soun nescut, Diu belgo qué mé morio, Jou l'miu cel blu, jou l'miu bel soleil d'or !

du royaume de France. Le comté de Toulouse était, géographiquement et économiquement, presque aussi riche que le reste du royaume de France. Malheureusement, les positions mouvantes et indécises des seigneurs occitans lui furent fatales. Les nombreuses dissensions entre les seigneurs locaux, tout au long des événements furent un élément de plus dans l'effondrement du Languedoc. Les interventions directes des rois de France ont achevé le rattachement de l'ancien comté de Toulouse et de Provence à la France. La mort d'Alphonse de Poitiers, frère de Saint-Louis et de Jeanne, dernière représentante de la lignée de Toulouse en 1271, tourne définitivement une page de l'Histoire.

Montségur et sa citadelle perchée, demeure un haut symbole de la résistance cathare. 225 Cathares y périrent brûlés pour avoir défendu leur foi.

## Langue

L'Ariège fut longtemps coupé en deux, du point de vue linguistique, avec le gascon, parlé dans le Couserans et le languedocien, dans le reste du département. Aujourd'hui de louables efforts sont déployés pour tenter de faire vivre ou revivre l'occitan mais ses adeptes ne semblent pas en augmentation.

## Artisanat

Même s'il a beaucoup périclité au cours du XX<sup>e</sup> siècle, l'Ariège abrite encore de nombreux artisans, parfois seuls ou presque, dans leur domaine mais toujours passionnés et amoureux de leur métier. Faire un tour d'horizon complet serait fastidieux, mais donner quelques pistes est possible. Dans la vallée de Bethmale, les sabots ont une légende... Les sabots de Pascal Jusot (un des derniers sabotiers de France) sont fabriqués dans des essences de noyer, de hêtre ou de bouleau. La réalisation de ces sabots traditionnels de la vallée de Bethmale nécessite savoir-faire et patience depuis l'ébauchage jusqu'à l'habillage. Possibilité de visiter l'atelier toute l'année. D'autres artisans réalisent des objets traditionnels de qualité selon le respect des matériaux et des techniques traditionnelles : le travail de la corne, la vannerie, la coutellerie, la taxidermie sont autant d'exemples typiques qui ne doivent pas faire oublier que ces métiers peuvent aussi faire preuve d'innovation.

Ils représentent une richesse de notre patrimoine basée sur la diversité et l'authenticité. D'autres professionnels consacrent tout ou partie de leur activité à la conservation du patrimoine mobilier ou immobilier à caractère historique ou artistique. On en compte 25 en Ariège, beaucoup sont restaurateurs de meubles et travaillent pour des particuliers ou des antiquaires, mais on peut être restaurateur dans bien des domaines : faïence ancienne, dorure, vitrail, horlogerie... toutes ces spécialités se trouvent dans notre département. Quant aux créateurs ils représentent une mosaïque d'activités diverses : souffleurs de verre, céramistes, créateurs de mobilier, fabricants de jouets, tourneurs sur bois, bijoutiers-créateurs, etc. Ils façonnent notre environnement esthétique en créant les éléments de mode ou de décoration. Plus de cent en Ariège, ils animent les marchés artisanaux, accueillent les touristes dans leurs ateliers, fréquentent les salons internationaux.

## Musique - Danse

Vous connaissez tous un air d'Ariège ? La Pavane de Gabriel Fauré, immortalisée par Loulou de Cacharel, « Qui c'est moi ». L'air le plus célèbre dans le cœur des Ariégeois est l'hymne ariégeois composé par l'abbé Maury-Sabas, curé de Miglos « Arièjo ! Arièjo ô moun païs » (Ariège, Ariège ô mon pays, pour les occitanophobe). Actuellement un jeune compositeur, Florent Adroit a tenté, avec succès de créer un nouvel hymne un peu plus moderne et d'actualité, en français pour l'instant. On attend avec impatience une version occitane.

## Sports et jeux traditionnels

Ici on aime le ballon ; le ballon de rouge, évidemment, mais toujours avec modération mais c'est surtout le ballon ovale que l'on préfère. Il y a quelques exceptions qui sont là pour nous faire mentir car nous brillons ou avons brillé dans le milieu footballistique comme se plaisent à dire les journalistes sportifs. Nous avons eu un goal champion du monde et l'équipe de Luzenac monte, monte, monte...

Il n'y a pas que le ballon que nous apprécions, il y aussi la montagne et toutes les activités qu'elle peut nous procurer : randonnées, ski, vélo, VTT, canoë, parapente... L'Ariège est un véritable paradis pour les sportifs occasionnels ou professionnels.

# CROYANCES, MYTHES ET LÉGENDES

30

Comme toutes les régions françaises qui ont leur anecdotes, leurs légendes et leurs mystères, l'Ariège n'échappe pas à la règle. L'origine de ses légendes se trouve dans la mythologie pyrénéenne, dans l'Antiquité, ou se perd dans la nuit des temps.

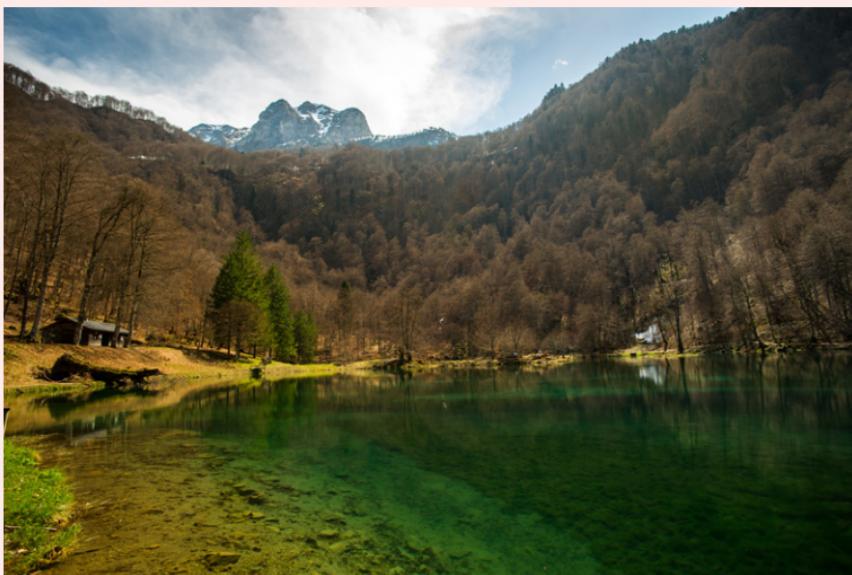
► **Les Sabots de Bethmale.** On raconte, dans la vallée de Bethmale, une légende, un conte, une vérité ? Qui sait ? Mais les sabots effilés, typiques de cette vallée, ont une histoire tragique. C'était vers l'an mil, les « Mores » ne cessaient de porter les armes dans les vallées pyrénéennes, sous la conduite de leur chef Al-Mansour ou Boabdil. Dans la vallée de Valmale, de nos jours Bethmale, ils avaient pris le château fort de Brame-Vaque et se conduisaient en conquérants exigeants. Ces Maures avaient grande allure, étaient des guerriers cruels et voluptueux ; ils s'imposèrent bientôt à la population faible, les femmes et les vieux, et peu à peu la vie s'organisa avec beaucoup de fêtes et de danses, qui réjouirent maintes jeunes filles. Hélas, combien de coeurs de jeunes Bethmalais furent ainsi torturés, délaissés ? Beaucoup sans doute car peu à peu on ne les vit plus redescendre des *bourdaous*. Ils restaient tous là-haut. Réunis dans la souffrance et la haine, ils travaillaient à décupler leurs force et leur agilité, ruminant une vengeance terrible. Chacun forgeait son arme : arc, flèches, épieux, lances. Un seul obstinément, creusait une paire de sabots... mais la pointe en était longue et effilée et tous de s'en moquer. Le fils du chef s'éprit de la plus jolie fille du val. Elle s'appelait Esclarlys, ce qui signifie « teint de lys sur fond de lumière ». Esclarlys était déjà fiancée au pâtre chasseur d'isards Darnert. Un jour, des émissaires venant de la plaine leur annoncèrent que les Maures avaient subi une grande défaite vers

la Méditerranée et qu'au village ils dansaient et buvaient encore toutes les nuits ; ce fut décidé : tous furent debout, armés et sans bruit, descendirent de la montagne. Darnert déracina deux noyers dont la base formait un angle droit avec les racines. A l'aide d'une hache et d'un couteau, il tailla et creusa une paire de sabots (*esclops*) ayant la forme d'un croissant de lune avec une longue pointe effilée comme un dard. Puis un jour, les pâtres, Darnert à leur tête, firent retentir les *hillets* et livrèrent un rude combat d'où ils sortirent vainqueurs. Puis ils défilèrent dans le village. Darnert, chaussant ses sabots à longues pointes, avait accroché le cœur de la Bethmalaise infidèle à gauche et celui du Maure à droite.

« *Aouito pla aco, catin ! E qué servichio dé léoun !* » (Regardez bien, filles infidèles ! Que cela vous serve de leçon !) Et l'histoire raconte que la leçon ne dura pas longtemps... mais que depuis ce jour, le *noubio* (fiancé) offre à sa fiancée une paire de sabots habillés de cuir et richement décorés de pointes dorées dessinant un cœur (sur le dessus du sabot). Il offre aussi une quenouille rouge et un fuseau, le tout fabriqué avec tout son amour. Plus la pointe des sabots est longue, plus l'amour est ardent. En retour, la fiancée lui offre un tricot en laine brodé de velours et une bourse empanachée de rubans, de paillettes ou de jais.

► **La légende de Pyrène.** Après la création de la terre, à l'aube des temps, vivait dans une contrée de hautes montagnes et de profondes vallées une peuplade appelée Bekrydes. Leur souverain, Bebryx, avait établi sa cour dans la plus vaste grotte connue des hommes : Lombrives. Sa fille, belle, jeune et douce, prénommée Pyrène, était courtisée par tous les rois et seigneurs des environs. Mais en vain !

© NERON PHOTO - ADobe STOCK



Le lac de Bethmale.

Un jour, venant des bords de la mer Egée, un jeune et bel homme, un héros, dénommé Hercule, arriva au pays des Bebrydes. Il fit la connaissance de Pyrène et fréquemment, se retrouvèrent. Par une chaude nuit d'été dans la pénombre étoilée, au milieu de senteurs de mille fleurs, leur deux corps d'adolescents vécurent frénétiquement le même instant. Quelques temps après, Hercule fut demandé pour d'autres travaux, un creusement de portes, dit-on, l'appelait au-delà de ces montagnes. Pyrène restait bien seule tandis que sa taille portait la trace de ces fol amours... Aussi eut-elle peur, de se montrer face à tous, face à son père le roi Bebryx, d'affronter la colère du souverain offensé. C'est pourquoi elle décida de fuir loin du royaume des Bebrydes. Au cours de son chemin, un ours, un terrible ours brun s'approcha d'elle, la griffa, la terrassa, déchira son visage et son corps. Pyrène, de douleur hurla. Hercule qui entendit l'écho d'une voix agonisante, laissa tomber ses outils et ses travaux et, d'un bond, par-dessus cimes et torrents, accourut pour recueillir dans ses bras, sa bien-aimée, morte. Au cœur de l'endroit le plus grandiose de l'immense grotte de Lombrives, dans une salle ornée de roches dorées, eut lieu une grande cérémonie en présence de tous les hauts dignitaires du royaume des Bekrydes. Hercule lentement prononça ces quelques mots d'adieu : « Afin que ton nom, ma chère Pyrène, soit conservé à jamais par les hommes qui peupleront cette terre, ces montagnes dans lesquelles tu dors pour l'éternité, s'appelleront dorénavant : Les Pyrénées. »

**► Les Hommes Sauvages.** Les légendes pyrénéennes parlent d'étranges hommes sauvages. Ceux-ci vivent à proximité des humains, et détiennent les secrets de la nature. Les légendes de l'Ariège évoquent d'étranges silhouettes entrevues à l'orée des bois... Les hommes sauvages, incarnation de la nature et de ses secrets, vivaient dans les bois, mais ne pouvaient se défendre

d'une curiosité dangereuse pour eux-mêmes, à l'égard des humains... Il était alors facile pour les cultivateurs de les capturer. Les récits qui les concernent sont typiques. Un paysan (ou un berger), durant son travail, remarque la présence d'un homme sauvage qui le guette depuis un bois. L'homme sauvage essaie parfois, maladroitement, d'enfiler une paire de sabots, puis s'esquivé. C'est alors que le paysan imagine un stratagème pour prendre la créature au piège : généralement, il suspend, à l'orée d'un bois, un pantalon, ou des souliers. L'homme sauvage essaie d'enfiler le pantalon ou les souliers, mais, du fait de sa maladresse, se trouve entravé. C'est alors que le paysan le capture car ces hommes sauvages détiennent bien des secrets. Les habitants de Saurat avaient capturé un de ces sauvages, ses compagnons lui dirent : « Quoi qu'on te dise et quoi qu'on te fasse, ne dis jamais à quoi sert le bourgeois de l'aulne ». Secrets de la nature, bizarre alchimie des plantes, les hommes sauvages sont les dépositaires d'un savoir ou d'un savoir-faire occulte, qu'on ne peut leur extorquer que par la force ou la ruse. A côté de l'homme sauvage légendaire, il y a des hommes, enfants et femmes sauvages bien réels. Le cas le plus frappant est celui de la « Folle du Montcalm » de 1805. C'est l'histoire poignante d'une femme sauvage qu'on a bêtement essayé de « civiliser », en l'arrachant de force à sa vie libre. Les bergers l'avaient vu vivre seule, dans la montagne, et lui avaient laissé de la nourriture. Mais en 1807, elle fut arrêtée par les gendarmes, accusée, paraît-il, de jeter des sorts. On la mena au village de Suc, on l'habilla de force et l'attacha à un lit. Elle réussit à s'évader, fut reprise et jetée dans les geôles du château de Foix. On la croyait démoniaque car elle ne supportait pas les vêtements. Sa triste existence prit fin en 1808, soit à peine plus d'un an après son arrestation. Elle aurait déclaré avoir vécu avec des ours, « ses amis les ours qui la réchauffaient ». Elle emporta son mystère dans la tombe.

# L'ARIEGE GOURMANDE

*L'Ariège est gourmande car elle aime bien manger. Ce doit être copieux et doit nourrir son homme. Napoléon (le petit Corse) écrivait qu'il était impressionné par ce que pouvait ingurgiter un Ariégeois ! En Ariège les plats traditionnels du Sud prennent un autre nom et un autre accent. Le cassoulet devient mounjetado (on prononce mounjetade) du nom occitan du haricot. Ne dit-on pas dans d'autres provinces françaises la « mongette » ? Ca se ressemble non ? En marge de la cuisine traditionnelle, vous découvrirez que nos Maîtres Restaurateurs usent d'inventivité et de créativité en utilisant les produits locaux. La gastronomie ariégeoise a de beaux jours devant elle.*

## Spécialités locales

On pourrait dire que les spécialités ariégeoises ont évolué avec le temps. Il faut savoir que l'Ariège était culinairement très pauvre au siècle dernier et hélas cette pauvreté ne touchait pas uniquement la cuisine. On cultivait des choux, de la pomme de terre et, la plupart des familles, en plus des volailles traditionnelles, « faisaient venir » le cochon que l'on tuait en compagnie des voisins, du village... bref, c'était toujours une fête. Le canard est arrivé un peu plus tard et s'est imposé comme mets de choix dans la cuisine ariégeoise, influencée par nos voisins béarnais et commingeois.

### L'azinat

Le plat « national », potée aux choux et pommes de terre, accompagnée de jambon, saucisse de foie cuite et autres coquenilles. Plat riche par excellence qui doit être accompagné de sa rouzolle, sorte de farce, en galette, cuite interminablement sur un feu très doux et régulièrement retournée. Bien sûr, rien à voir avec le plat audoïs du même nom, sorte d'azinat plus ou moins copié et plus ou moins réussi (qui a dit que j'étais chaunvin ?). A l'origine, l'azinat était un plat unique. On commençait le repas en buvant le bouillon de légumes dans lequel trempaient des morceaux de rouzolle, puis on attaquait le plat proprement dit, le porc, décliné dans toutes ses variantes. L'histoire ne nous dit pas quel était le dessert... mais tout est bon dans le cochon.

### Le confit de canard

Plat typiquement sudiste et « sud-ouestiste ». Le confit de canard convient à tous les régimes car c'est un plat léger. Comment peut-on affirmer cela ? Mais braves gens, le canard est léger ! La preuve ? Il flotte et il vole...

### Le foie gras

Du confit au foie gras, il n'y a qu'un pas, ou plutôt qu'une palme (de cane ?)... Et les foies gras ariégeois peuvent fièrement rivaliser avec ceux de nos amis gersois, périgourdins... et j'en passe. D'ailleurs, les membres de la Confrérie du Foie Gras de Mazères ne s'y sont pas tompés.

### L'hypocras

Au Moyen Âge, les croisés ont célébré l'Hypocras aux vertus toniques pour le corps et l'esprit. Restant fidèle à l'authentique recette médiévale, la famille Séguela de Tarascon-sur-Ariège a remis au goût du jour cette boisson qui fut jadis sur les tables royales. Jusqu'au XVIII<sup>e</sup> siècle, les plus fins gourmets (Gaston Fébus, Henri IV, Rabelais et Louis XIV) apprécieront ce breuvage précieux composé d'ingrédients délicats : cannelle, cardamome, clous de girofle, pétales de rose, gingembre, rapportés d'Orient. Dans sa belle robe brune, cet elixir 100 % naturel se déguste frais aussi bien en apéritif qu'en vin de dessert. Il accompagne à merveille nos fromages et foies gras en boisson ou en gelée.

### La mounjetado

A l'origine un plat de haricots cuisinés avec des restes de viande, c'est aujourd'hui devenu un plat festif avec du porc et du canard. C'est LE « cassoulet » ariégeois, traditionnellement cuisiné avec des cocos de Pamiers (à l'origine avec des fèves). Chaque village ou hameau se doit de faire annuellement « sa » mounjetade.

### La saucisse de foie

Elle peut être de Foix, ma foi. Très souvent sèche et plus rarement fraîche, à griller. Cette saucisse au goût

## Le concours ariégeois de la gastronomie s'appelle Georgette !

Le concours de la Georgette d'or se poursuit sous l'égide du Syndicat hôtelier de l'Ariège/UMIH 09 avec les avis des visiteurs recueillis sur le site <http://sortir.azinat.com/la-georgette-dor>. Les visiteurs et clients sont invités à le faire grâce à une petite carte de visite remise dans les offices de tourisme ou chez les prestataires eux-mêmes et un QR code renvoyant sur le site depuis un smartphone ou une tablette. Le challenge de chaque prestataire est de réunir le maximum d'avis objectifs du public qui cette année sera récompensé par un tirage au sort doté de 5 coffrets de Georgette et un dîner pour deux à la soirée de gala annuelle.



© Bananef

DÉCOUVERTE

Foie gras poêlé.

unique est un fleuron de notre département. Ne nous faites pas l'affront de nous dire que cela ressemble aux figatelli corsos... Ca n'a rien à voir. C'est un peu comme comparer la mer au lac de Montbel.

### Les taillous

Spécialité de pommes de terre, jambon de pays, œufs, salade. Simple, bon et efficace.

## Produits du terroir

### Viandes, volailles et gibiers

► **Le bœuf gascon.** Désormais produit en montagne aussi bien qu'en plaine, le bœuf gascon paît couramment

dans le Saint-Gironais, le Saint-Gaudinois, le Vovestre et la montagne luchonnaise. Des génisses, des vaches et des bœufs répondent à la désignation « gasconne » telle que définie par le très rigoureux cahier des charges Label Rouge.

L'appellation officielle « Bœuf Gascon, pure race, pur goût » n'est accordée qu'après une sévère sélection des carcasses. Seuls, sont estampillés les animaux d'un âge, d'un poids, d'une conformation et d'un mode alimentaire naturel précis. Tués à plus de trois ans (et souvent à plus de 48 mois, soit près du double de l'âge des « bœufs intensifs »), ils sont nourris au foin et aux céréales en hiver. Ils sont généralement pré-finis au pré et finis à l'auge (blé, orge, maïs) pendant les six derniers mois. C'est ce qui donne à la viande ses qualités tendres, goûteuses et persillées.

## Une gastronomie de qualité

La Charte de Qualité regroupe les professionnels de la restauration de l'Ariège. Elle est validée par le conseil général, la Chambre de commerce et d'industrie de l'Ariège, le syndicat hôtelier du département mais aussi par diverses associations de consommateurs, ce qui est la suprême garantie. Cette charte engage notamment l'établissement au respect des points suivants :

- **possession** d'un diplôme professionnel de cuisine ou six ans d'activité en tant que chef ;
- **conformité aux normes** de sécurité et d'hygiène ;
- **décoration des tables**, nappage des tables en tissu, menu ou carte avec au moins un plat du terroir ;
- **menu spécial enfant** de moins de 10 ans ;
- **traduction du menu en deux langues** étrangères au moins ;
- **information et satisfaction** au mieux de la clientèle ;
- **formation permanente** en cuisine ;
- **accueil et connaissance de l'Ariège** ;
- **valorisation du professionnalisme** dans le pur respect des règles déontologiques et de la concurrence.

► **Les oies, les canards et les foies.** Du foie gras, du confit, du civet, du salmis, du pâté, des rillettes, des magrets fumés... La tradition de l'élevage et du gavage est très vivace dans l'Ariège. D'oie ou de canard, le confit s'impose comme l'un des produits phares de la gastronomie régionale. Comme souvent, c'est un souci de conservation qui a présidé à la création de la recette. La méthode de cuisson remonte aux Romains. Pour faire un bon confit, il convient de placer d'abord pendant plusieurs heures les parties nobles de l'oie ou du canard dans le sel. On les cuite ensuite dans leur graisse. Quant au magret, le savoureux filet prélevé aux oies ou aux canards gras figure, depuis les années 1950, parmi les délices gascons. Délicieux grillé ou cuit en croûte de sel, il s'accompagne avantageusement de pommes de terre sautées à la graisse d'oie (ou de canard), de petits navets braisés, ou de pêches.

### Charcuteries

Tout ! Vous pouvez acheter et déguster tout ce que peut donner un cochon et produire un charcutier ariégeois (tous excellents, entre nous). Nous sommes les plus

grands ennemis des cochons. Au XIX<sup>e</sup> siècle, à l'époque où cochonou ou bridou n'avait pas dénaturé son goût, la saucisse sèche s'appelait, et ce, dans toute la France : la saucisse d'Ariège !

### Poissons, fruits de mer et crustacés

► **La truite.** La truite commune ou la fario, ou celle venue d'Amérique du Nord, l'arc-en-ciel, sont pêchées dans les torrents et lacs de montagne. Les recettes varient en finesse ou plus brutalement, la truite grillée, sur une braise, à peine pêchée.

### Fromages, produits laitiers

Les fromages ariégeois, issus essentiellement du Couserans, sont des fromages à pâte pressée non cuite à base de laits crus de vache, de brebis, de chèvre ou de savants mélange de différents laits. Les noms les plus connus sont le Bamalou, le Bethmale, le Moulis, le Rogalet...

► **Le bethmale** est un fromage français originaire des Pyrénées ariégeoises. Selon la légende du terroir, le

## Association départementale des Logis de l'Ariège

Les restaurateurs hôteliers « Logis » ont fait le choix de s'engager dans une démarche de qualité reconnue internationalement. Attachés au meilleur service de leurs hôtes, ils proposent de nouvelles vacances pour les amoureux de caractère, de silence, de pêche, de vélo, de randonnée, de neige et de séjour en famille : 12 établissements labellisés représentant plus de 250 chambres dans le département. En plaine et en montagne, en ville et à la campagne, idéalement situés pour vous permettre de découvrir le riche patrimoine historique et de pleine nature de l'Ariège, ils combleront également vos appétits avec une gastronomie raffinée et de qualité. Entre amis ou en famille, il y a toujours un logis à partager. Les restaurateurs Logis cuisinent des menus d'inspiration régionale en faisant fréquemment appel à des producteurs locaux. Ils sélectionnent pour vous des vins et boissons du terroir qui raviront les connaisseurs.

#### ■ AUBERGE DE L'ISARD\*\* SAINT-LARY ☎ 05 61 96 72 83

Voir page 80.

#### ■ LES MINOTIERS Avenue Maréchal-Foch MIREPOIX ☎ 05 61 69 37 66

Voir page 125.

#### ■ LA BARGUILLERE SAINT-PIERRE-DE-RIVIÈRE ☎ 05 61 65 14 02

Voir page 102.

#### ■ LE CHALET 4, avenue de Turrel AX-LES-THERMES ☎ 05 61 64 24 31

Voir page 58.

#### ■ HORIZON 117 Avenue du Général-de-Gaulle LORP-SENTARAILLE ☎ 05 61 66 26 80

Voir page 164.

#### ■ HOSTELLERIE DE LA POSTE 16, avenue Victor-Pilhes TARASCON-SUR-ARIÈGE ☎ 05 61 05 60 41

Voir page 170.

#### ■ HÔTEL-RESTAURANT L'AUZERAIE 1, avenue Théophile-Delcassé AX-LES-THERMES ☎ 05 61 64 20 70

Voir page 59.

#### ■ HÔTEL-RESTAURANT LE COMMERCE 20, cours du Docteur Chabaud MIREPOIX ☎ 05 61 68 10 29

Voir page 124.

#### ■ HÔTEL-RESTAURANT LONS 6, place Georges-Dutilh FOIX ☎ 05 34 09 28 00

Voir page 93.

# De l'or, de l'argent, du bronze !

Non ce ne sont pas de nouvelles mines découvertes en Ariège, mais des métaux qui ont fait briller l'Ariège en 2018. La talentueuse Perrine Laffont a ramené des Jeux olympiques de Pyongyang une médaille d'or en ski acrobatique dans l'épreuve des bosses. Mais nos producteurs locaux ont également été récompensés, dans des épreuves moins sportives mais également prestigieuses : celles du Concours Général Agricole, au salon de l'agriculture de Paris. Le charcutier Cazaux a remporté deux médailles d'or dans les catégories Saucissons secs et Jambons secs. Médailles d'or également pour la fromagerie le Moulis et la fromagerie Jean Faup dans la catégorie Fromages au lait de vache à pâte cuite pressée.

Côté breuvages, c'est le Domaine de Lastronne qui gagne la médaille d'argent des Vins du Sud-Ouest. Et pour les douceurs, la Maison Jouglar repart avec 4 médailles pour sa crème de marron, ses confitures de mirabelle, de fraise et d'ananas.

DÉCOUVERTE

premier bethmale, daterait de l'occupation des Maures, au XIV<sup>e</sup> siècle. C'est un fromage à base de lait de vache, à pâte pressée non cuite, d'un poids moyen de 4,5 kg. Il est excellent d'avril à novembre, après un affinage de 5 à 6 mois. Un brossage quotidien donne une croûte orangée à ce fromage renfermant une pâte onctueuse, légèrement sucrée-acidulée.

► **Le moulis** est à base de lait de brebis, de chèvre ou de vache, d'un poids moyen de 3 à 4 kg. Sa période de dégustation optimale s'étale de mai à octobre après un affinage de 6 mois, mais il est aussi excellent de mars à décembre. On trouve aussi le moulis vache tommette qui est un petit fromage à base de lait de vache, d'un poids moyen de 450 grammes.

► **Le rogallais** est un fromage à base de lait de vache, à pâte pressée non cuite, d'un poids moyen de 4,3 kg. L'affinage se fait sur 3 mois, la croûte est naturelle avec des couleurs automnales et légèrement tachetée, elle est crémeuse et aérée. Il est originaire des montagnes de Rogalle, il est fabriqué de père en fils depuis 5 générations.

## Fruits et légumes

► **Les petits fruits des Pyrénées.** Myrtilles, framboises, fraises des bois, mûres, cassis, groseilles, fraises... A déguster « nature » ou parmi les produits qui en découlent : liqueurs, confitures, gelées, fruits au sirop, apéritifs...

► **Les champignons.** Cèpes, girolles et morilles constituent le trio de tête, suivis de près par les mousserons (l'ordre est fonction des goûts de chacun) mais ne cherchez pas à savoir d'où ils viennent, sauf si vous souhaitez vous faire des ennemis ! Plus aisés à trouver sur les marchés et dans les restaurants que lors de promenades dans les bois, car les meilleurs endroits « de chasse » sont jalousement gardés secrets par les amateurs. Ne demandez jamais à un Ariégeois de vous dévoiler un coin à champignons...

## Douceurs

► **Les desserts.** Il y a moins de desserts que de différentes coquilles. Les plus marquants, et les plus

délicieux sont la croustade (aux pommes ou aux myrtilles), le Millas (on ne danse pas le milla ici, ça n'a rien à voir) à base de farine de maïs et de froment et également les bonbons : les flocons d'Ariège.

► **Les miels de montagne.** De rhododendron, plantes et fleurs de montagne, les miels d'ici ont des saveurs très diverses, et sont excellents pour la santé.

## Eaux minérales, boissons locales

► **Les eaux minérales régionales du Montcalm.** L'eau de source « Montcalm », puise sa pureté en Ariège, dans la petite ville d'Auzat. Une eau que l'on peut qualifier d'oligo-minérale, y resurgit à 1 100 m au-dessus de la vallée.

Très faiblement minéralisée et pratiquement exempte de nitrates, elle peut être bue par tous et convient à la préparation des biberons. C'est un produit des « Eaux de Saint-Amand ».

## Alcools et spiritueux

### Vins

Il était une fois l'histoire de quatre olubrius qui s'étaient mis en tête de faire renaître le vignoble ariégeois. L'idée saugrenue en a fait rire plus d'un. Mazette, mais le vin d'Ariège, c'est de la piquette infâme que l'on servait, au bord de la route, aux Toulousains qui « montaient au Pas » et que l'on noyait dans de l'eau fraîche tellement il était bon...

On l'appelait d'ailleurs le « petit vin ». La culture viticole de l'Ariège avait complètement disparu suite aux épidémies nationales du phylloxéra depuis la vin du dix-neuvième siècle. C'était mal connaître l'histoire du vin d'Ariège qui depuis 971 (eh oui !) a honoré les tables des cours des rois de France et fait la richesse des évêques de Pamiers (et pas dans le vin de messe). Mais revenons à nos quatre fantastiques, qui ont replanté en 1998 les cépages traditionnels et à force de travail, de passion et d'oenologie ont ressuscité le nectar ariégeois afin de nous proposer des vins de grande qualité, bio pour certains. Nos vins sont reconnus, appréciés par les plus grands guides gastronomiques et ne font plus ricaner personne.

# SPORTS ET LOISIRS

*La nature du paysage et le relief de l'Ariège prêtent à toutes les activités de pleine nature. Les amateurs de sports à sensation pourront satisfaire leur passion grâce au grand nombre d'écoles et d'associations proposant de s'initier ou se perfectionner dans plusieurs disciplines audacieuses. Les sports d'eaux vives font leurs plus beaux remous sur l'Ariège bien sûr mais aussi sur les torrents impétueux alimentés par les eaux des glaciers des Pyrénées à descendre en canoë-kayak, en rafting ou en hydrospeed, glisser en ski nautique sur le plan d'eau de Mercus. Le karting joue sa formule « un » sur le seul circuit de karting d'Ariège, classé 4<sup>e</sup> de France. L'hiver trace sa route blanche vers une aventure polaire inédite sur le plateau de Beille avec une initiation au traîneau attelé de chiens et son bivouac en igloo. Dans les entrailles des Pyrénées ariégeoises, des centaines de grottes restent à explorer lors de descentes spéléologiques sécurisées. Les nombreuses voies d'escalade s'ouvrent aussi bien aux débutants qu'aux grimpeurs confirmés sur les rochers du Pays de Tarascon ou d'Auzat. L'Ariège vue d'en haut offre une superbe vision aérienne en parapente ou en planeur à partir du Prat d'Albi, la vallée de Vicdessos ou des vallées d'Ax.*

## Activités de plein air

### Randonnées pédestres

Des sommets aux noms inoubliables : Montcalm, mont Valier, pic des Trois Seigneurs... Pour une randonnée itinérante, un trek de plusieurs jours, le grand classique, c'est le GR10, qui traverse les Pyrénées en passant par les réserves d'Orlu et du Valier. La voie du Piémont vers Saint-Jacques-de-Compostelle (GR78) et les Tours de pays révèlent chacun des aspects méconnus de l'Ariège. Quant au GR7 qui s'étire des Vosges jusqu'à la chaîne des Pyrénées, sur 1 430 km, il traverse l'Ariège sur environ 130 km. La nuit, près de 30 gîtes d'étapes et 9 refuges de haute montagne vous offrent le couvert au coin d'un feu de cheminée. Certains se transforment parfois, les soirs d'été, en repaire de conteurs, en salon littéraire et

même en chais de dégustation. L'ambiance est garantie. Cathares, passeurs, bergers, contrebandiers, se sont de tous temps joués des frontières. La barrière naturelle des Pyrénées est trouée de passages secrets que seuls les initiés empruntaient. Une vingtaine d'itinéraires transfrontaliers font revivre les échanges ancestraux entre les vallées pour des randonnées de 2 à 7 jours. Différentes, parfois émouvantes, toujours magnifiques. Le Chemin de la liberté, utilisé pendant la Seconde Guerre mondiale par de nombreux Français et juifs qui fuyaient l'occupation allemande, ce sentier fut également emprunté par des aviateurs anglais et américains qui cherchaient à rejoindre leur pays après que leur avion ait été abattu par les nazis. Le chemin des Bonshommes, vous transporte au Moyen Âge, dans les pas des derniers Cathares qui, chassés par l'Inquisition, fuyaient une mort certaine. Des « voies vertes » sont à découvrir dans les Pyrénées cathares, entre Mirepoix et Lavelanet et dans le Séronais. Et surtout, n'oubliez pas que la protection de la nature passe par de grandes mesures au niveau national, européen ou international mais aussi par des petits gestes à portée de main : chaque fois que nous nous promenons dans la nature, nous n'en sommes que des hôtes éphémères dont les actes peuvent avoir des répercussions durables dans le temps. Ici en Ariège, la nature est encore bien préservée mais elle n'en est pas moins fragile et certaines espèces sont déjà menacées. Devant de jolies fleurs, préférez prendre des photos ou en faire des croquis. Certaines espèces peuvent être protégées et rares (même si vous les trouvez en abondance sur un même lieu). Et il existe des plantes ou animaux ne se trouvant qu'à ces endroits et nulle part ailleurs sur la planète ! Ce sont les endémiques. Bien sûr gardez avec vous tous vos détritus jusqu'à la prochaine poubelle. Si vous passez une barrière ou une clôture, pensez à la refermer par respect pour les autres utilisateurs de ces espaces. Pour éviter tout piétinement excessif qui met à mal la végétation, restez sur les sentiers. Et enfin, par respect tant de la faune sauvage que du bétail, gardez votre chien en laisse...

## Voies vertes, quand les chemins de fer deviennent des chemins verts !

L'Ariège a eu une grande activité ferroviaire (tramways et trains) du XIX<sup>e</sup> siècle aux années 1970. Avec la diminution de l'activité économique et la fermeture des industries, le train n'avait plus grand chose à transporter. Les voies sont alors tombées en désuétude et la nature a repris ses droits. Ingénieuse idée que d'aménager ces chemins de fer en chemins de terre ! Vous vous promènerez à vélo, à pied, à cheval, de gare en gare, sur une voie sans rail et sans engin motorisé, traversant des ouvrages d'art, ponts et tunnels jusque-là oubliés. Des panneaux vous raconteront le passé de ces voies aujourd'hui silencieuses. Balades émouvantes et champêtres entre nostalgie et découverte. Voie verte de Baulou à Saint-Girons, 37 km. Voie verte en Pyrénées cathares, de Mirepoix à Lavelanet, 38 km.



© Bois - Adob Stock

*Pêche à la truite.*

## Randonnées à cheval et à dos d'âne

Terre idéale pour les cavaliers, l'Ariège se chevauche aussi le pied à l'étrier. Voici six ans, un plan départemental de randonnées équestres s'est développé mettant en valeur le potentiel des sites d'élevages de chevaux. Près d'une soixantaine de centres et fermes équestres sellent de nombreux séjours de l'initiation à la grande randonnée. Au total, 1 200 kilomètres de randonnées tracent des circuits thématiques alliant la pratique du cheval et les découvertes culturelles au travers du riche patrimoine cathare et médiéval, avec un hébergement convivial en gîtes et chambres d'hôtes.

## Balades à vélo, cyclotourisme et VTT

Vélo et VTT font de plus en plus d'adeptes, au fil des ans, en Ariège. De la promenade familiale du dimanche sur terrain plat jusqu'à l'escalade répétée de plusieurs cols raides et longs, la palette des routes proposées est extrêmement variée. Le tour complet de l'Ariège s'adresse à des cyclotouristes entraînés. Montagnard à l'image du département, il grimpe des cols étonnantes. Col de Pailhères, col de la Core, col d'Agnes, port de Lers... Ce n'est pas un hasard si le Tour de France fait souvent étape en Ariège. Ses cols qui alternent lacets, cascades, pentes abruptes et sapinières, ont fait les beaux jours de l'épreuve. Ils sont toujours très appréciés des organisateurs de courses cyclistes et pimentent les randonnées sportives de tous ceux qui osent s'y frotter. Pour dénicher des sites insolites et des descentes ébouriffantes, rien ne vaut le VTT. 450 km de sentiers balisés, de pistes forestières et de circuits sont aménagés, avec des domaines entiers réservés aux vététistes. Les fameuses bosses du Plantaurel à Varilhes et les vallées d'Ax sont labellisés par la Fédération Française de Cyclisme. Ils répondent à des exigences strictes de sécurité et de qualité de l'accueil. Les cyclistes endurcis ne manqueront pas la course de L'Ariégeoise, la grande épreuve cyclosportive

de montagne. Elle rassemble chaque année plus de 3 000 participants venus du monde entier. La Ronde de l'Isard, course cycliste internationale, qui fait place aux jeunes talents plus haut niveau dans le peloton des amateurs. C'est l'occasion de découvrir en avant-première les coureurs professionnels de demain.

## Plongée sous-marine

Si vous vous êtes arrêté sur cette rubrique, le renard vous invite à reprendre ce guide dès le début et surtout vous attarder sur la rubrique relief, paysage, altitude, faune, flore, ski... Vous vous rendrez rapidement compte que la mer est relativement loin.

## Chasse, pêche et nature

### Pêche

Avec 2 500 km de cours d'eau, dont 80 % classés en 1<sup>re</sup> catégorie, l'Ariège est le paradis de la pêche. Tentez votre chance dans les torrents de montagne, les lacs d'altitude, les rivières de la plaine où abondent truites, carpes, sandres, brochets, aloses... 37 espèces au total ! Il existe de nombreux lacs, étangs, fleuves et rivières. On peut s'y reposer, y exercer de nombreux loisirs dont la pêche. Des torrents d'altitude aux grandes et larges rivières, des cours d'eau paisibles aux ruisseaux capricieux, des paysages de plaine aux escarpements enneigés, la pêche est à la fois sport, passion, plaisir, délassement et jouissance de la nature. L'Ariège a le privilège de figurer parmi les départements dont les richesses, dans ce domaine, sont pleines de charme et d'imprévu. La Fédération de l'Ariège pour la pêche et la protection du milieu aquatique compte près de 13 000 pêcheurs ou membres actifs et gère un patrimoine « liquide » qui s'étend sur près de 2 500 km de cours d'eau et 800 hectares de plans d'eau. Sachez que quelque 143 lacs de montagne sont répertoriés pour la pratique de votre sport favori.

On estime à 40 000 le nombre de ceux qui pratiquent régulièrement la pêche en Ariège. Oui, mais pour quels poissons ? La truite, bien sûr, la reine de l'onde ariégeoise, mais aussi le saumon de fontaine, le brochet, le goujon, l'écrevisse américaine, l'omble chevalier, le barbeau, la carpe, le gardon, la brème, le chevesne et la tanche. La liste n'est d'ailleurs pas exhaustive. Attention, car il est interdit toute l'année de pêcher les poissons suivants : le saumon atlantique, la truite de mer, l'ombre commun et l'écrevisse autre que l'écrevisse américaine. Pêchez au fouet sur le Vicdessos, en aval d'Auzat, soit avec la « grise à corps jaune », soit avec la « nymphe », toutes deux très efficaces dans ces eaux.

## Sports d'hiver

Le vaste domaine skiable des Pyrénées ariégeoises couvre 9 stations dont 4 stations de ski de fond dispersées sur les versants de la chaîne pyrénéenne s'étirant du mont Vallier jusqu'à la limite du Capcir. Accrochées sur les hauteurs d'Ax-les-Thermes, pas moins de quatre stations se partagent le vaste espace skiable des vallées d'Ax : Ascou-Pailhères, Ax 3 Domaines, le Domaine du Chioula et le Plateau de Beille.

► **Ascou-Pailhères (1 500 m – 2 000 m).** Acou reste la station « la station sympa à deux pas de Toulouse ». Spécialisée dans l'accueil des tout-petits la station leur réserve son jardin des neiges et une aire de luge à l'écart. Mais les skieurs de bon niveau, parmi lesquels les adeptes du snow-board, devraient trouver aussi leur bonheur.

Monoski, surf, patinette et raquettes sont autant de techniques pratiquées pour éprouver la neige. Sympa : navette à partir d'Ax-les-Thermes les week-ends et les vacances scolaires. Pistes ski alpin : 20 km de pistes, 14 pistes, 3 vertes, 4 bleues, 5 rouges et 2 noires et 6 remontées mécaniques. 10 canons à neige.

► **Ax 3 domaines (1 400 m – 2 400 m).** Du plateau de Bonascre au pic du Saquet s'étend le plus grand domaine skiable de l'Ariège et le plus complet des Pyrénées, site admirable où la neige et le soleil sont mariés pour l'éternité. Les Trois Domaines réunissent les versants de Bonascre, du Saquet et des Campels qui communiquent entre eux en un seul et vaste tapis de glisse. Outre le ski alpin, il est possible de pratiquer le monoski, le surf des neiges, le ski artistique ou le ski nordique. Grâce à la qualité de ses équipements pour handicapés, Ax bénéficie notamment du label Handisport. Un télésiège débrayable de six places assure une remontée express sur le plateau. Cette aire de glisse plutôt branchée fait appel à plus de technicité de la part des skieurs et des surfeurs. Les Campels ont résolument un goût d'évasion. Accessibles par téléski, des pistes sont damées pour la vitesse. Mais les grands espaces sont ouverts à la glisse en liberté au sein d'une nature sauvage à découvrir en surf ou snowboard pour les fans de la poudreuse. Une télécabine relie directement la ville d'Ax-les-Thermes à la station. Le snowpark, prisé des jeunes, comporte plus de 12 modules, un petit bigger, 5 tables, 1 hip, 1 pyramide, 1 rail. Comme dans beaucoup de stations de ski, on est habitué à voir descendre les

## Sportifs ariégeois

► **Claude Bergeaud.** Né à Artigat, coach de l'équipe de France de basket. Pamiers est son club formateur, il est un ancien joueur de l'UOP, dans lequel il joua de 1977 à 1984 et de 1985 à 1991.

► **Fabien Pelous.** Il a battu, en 2007, le record absolu de sélections en équipe de France. Il a effacé Philippe Sella des tablettes avec 118 sélections le 13 octobre 2007, jour de cette douloureuse demi-finale perdue contre l'Angleterre. Né à Toulouse le 7 décembre 1973, il a été formé à Saverdun, dans l'Ariège. Il a successivement connu les clubs de Saverdun, Graulhet, Dax et le Stade Toulousain à partir de 1997. On ne peut pas mentionner toutes ses victoires et tous ses exploits tellement ils sont nombreux. Signalons notamment : il a participé à 12 tournois des 5 et 6 Nations avec 4 grands chelems à la clé, à 10 éditions successives de la coupe d'Europe, à plusieurs coupes du monde.

► **Fabien Barthez.** Un autre Fabien, originaire de Lavelanet et mondialement connu car champion du monde en 1998. Champion de quoi ? Mais de football braves gens ! Certes nous sommes sur une terre de ballon ovale et les ballons ronds nous servent plutôt à déguster les excellents vins d'Ariège, mais Fabien Barthez nous gratifie de son talent, car même s'il a choisi d'aller du côté obscur du ballon rond, son poste de goal l'oblige à le jouer avec les mains ! L'honneur est sauf !

► **Yoann Huget.** Né à Pamiers en 1987, il apprend à marcher et a rapidement un ballon ovale dans les mains. Il fréquente l'école de rugby du Sporting club appaméen et commence sa carrière professionnelle à Toulouse, au Stade Toulousain. Plus tard, il jouera à Agen, à Bayonne et, surtout, sera sélectionné dans le XV de France et participera à plusieurs éditions du tournoi des Six Nations.

► **Perrine Laffont.** Née à Lavelanet le 28 octobre 1998. Enfant des Monts d'Olmes, Perrine est la fine fleur des skieuses acrobatiques françaises, elle est spécialisée notamment dans l'épreuve des bosses. Ses talents se sont rapidement manifestés et, à 15 ans à peine, elle est sélectionnée pour la finale de l'épreuve des bosses lors des Jeux olympiques d'hiver de 2014 en Russie, à Sotchi. A 18 ans, la voilà championne du monde de ski de bosses en parallèle, une première en France (et en Ariège). En 2018, elle ramène à la France (et à l'Ariège !) la médaille d'or pour l'épreuve des bosses aux Jeux olympiques de Pyongyang et remporte l'épreuve de la coupe du monde au Japon lors des championnats de Tazawako.



anoraks rouges de l'École du ski français (ESF). À Bonascre, on croise également les anoraks bleus de l'ESI : philosophie différente, effectifs réduits ou handiski sont quelques caractéristiques de cette école qui existe en France et en Europe depuis 1977. Le renard skie régulièrement à Bonascre et n'a pas d'école préférée après avoir fréquenté les deux. Rencontrez-les et faites votre choix.

► **Plateau de Beille (1 800 m – 2 000 m).** Au-dessus des Cabannes, sur le plateau de Beille s'étend le premier domaine de ski de fond des Pyrénées, également premier stade de neige au niveau national. L'altitude garantit un des meilleurs enneigements. L'espace naturel y est préservé et dégagé un véritable bol d'air pur et vivifiant. La Porteille, la piste la plus longue du plateau avec ses 19 km, court en boucle d'entraînement au bout du plateau jusqu'au Finestre à 1 967 mètres d'altitude. Les deux chemins de la Promenadou et des Crêtes se prêtent aux balades pédestres et les sentiers de l'Ombrée et de l'Orry sont ouverts pour les randonnées en raquettes à travers la forêt. La station s'adresse à tous les âges, aux enfants comme aux seniors. La formule « ski-rail » au départ de Toulouse via Les Cabannes est intéressante. Une navette assure régulièrement la montée jusqu'à la station. 70 km de pistes de ski nordique : 1 verte, 4 bleues, 5 rouges, 2 noires. 40 km de pistes raquettes ; espace luge avec 4 pistes balisées et sécurisées à partir de 5 ans. Accès depuis Toulouse par A66 et tunnel de Foix. Tarifs d'accès aux pistes : adulte : 8,80 € la journée, 6,20 € enfant.

► **Goulier Neige (1 500 m – 2 000 m).** Au-dessus d'Auzat et de Vicdessos, cette petite station Sport Nature au pied du Montcalm est une des plus conviviales, loin de l'esprit de compétition. Il est possible de combiner deux activités sportives en passant des spatuas à l'étrier avec des week-ends ski/équitation. Pistes : 6 pistes dont 2 vertes 2 rouges et 2 bleues résumant l'ensemble du circuit de 5 km.

► **Guzet neige.** Accès depuis l'autoroute A64 sortie 20. Au-dessus du col de la Trappe, à la limite de la frontière espagnole, cette station très nature est plantée d'une

colonie de 350 petits chalets douilletts en pierre et en bois au milieu des sapins. La zone du Prat pour les débuts à ski : ESF, Téléski Baby, ski dans les sapins, la Combe de Guzet pour apprendre tout en s'amusant et enfin le Freychet pour les plus sportifs et freerideurs. Un espace est réservé aux surfers. Les enfants ont leur propre club des neiges : le village des Chipies et des Chenapans et une nouvelle piste de luge. Pistes ski alpin : 31 pistes tous niveaux sur 40 km dont 7 vertes, 9 bleues, 9 rouges et 6 noires. 15 remontées mécaniques. De plus : 2 circuits raquettes, 2 pistes de luge, 2 circuits de luge et... 106 canons à neige.

► **Espace nordique du Chioula.** Accès depuis Ax-les-Thermes ou par l'Aude et le plateau de Sault. Panorama fantastique sur les Vallées d'Ax. Situé entre 1 240 mètres et 1 650 mètres, l'endroit est idéal pour pratiquer les raquettes, le ski de fond dans un environnement de forêts, de plateaux et de pistes vallonnées. Sur place, un refuge accueillant propose hébergement, repas, boissons et pause crêpes.

## Sports à sensation

### Sports d'eaux-vives

Avec 400 km de rivières adaptées et 6 différents niveaux de difficulté, en Ariège les sports d'eaux vives se pratiquent à la carte. Osez l'aventure... Canoë, rafting, canoë-kayak, hot dog, hydrospeed, canyoning... nagez, sautez, glissez dans un monde aquatique, acrobatique et ludique. Les lacs font le bonheur des véliplanchistes, des campeurs, des dériveurs, des baigneurs... Outre Montbel et Le Carla-Bayle, il faut citer Mercus, Mondély, Labarre... sans oublier les innombrables lacs de montagne que l'on atteint après un peu ou beaucoup de marche et qui sont de purs joyaux enchâssés dans un écrin de verdure et d'azur, parfois rehaussé d'un blanc de neige immaculé.



Balade en canoë sur l'Ariège.

© Frédéric MAILLARD 49 - Shutterstock.com

## Bien-être et remise en forme

### Thermalisme

Si les Gaulois étaient déjà présents auprès des sources, notamment à Luchon (31) et Bagnères-de-Bigorre (65), c'est, surtout, durant la période romaine que l'emploi des vertus médicales de certaines eaux s'est développé. Le XVIII<sup>e</sup> siècle est celui de la renaissance thermale. La construction des routes favorise l'embellissement de certaines stations. Le thermalisme évolue et participe aux grandes mutations de la société française : médicalisation de la société et développement des loisirs. Les stations ne sont plus uniquement fréquentées par des malades, mais, aussi, par des amateurs de détente, d'excursions en montagne, de jeux dans les casinos... Bien évidemment, ce thermalisme plus mondain ne se pratique que dans les villes d'eaux les plus importantes, même si le développement de ce marché a incité les autres à suivre le mouvement. Phénomène de mode ou besoin profond, prendre soin de soi est devenu une préoccupation majeure de l'homme moderne. De fait, on redécouvre les qualités bienfaisantes de l'eau thermale. Outre les soins, les établissements proposent un hébergement, comme à Ax-les-Thermes, Aulus-les-Bains et Ussat-les-Bains. Les stations simplifient les démarches en effectuant la réservation simultanée de la cure et de l'hébergement. Certaines vont même jusqu'à imaginer des formules de courts séjours thermaux alliant les bienfaits des soins thermaux au plaisir d'un séjour touristique. Par ailleurs, pour répondre à une demande croissante de bien-être et de ressourcement, les stations diversifient leurs activités et ouvrent des espaces de remise en forme et de détente, spécifiques et distincts des unités de soins traditionnels. Ainsi, depuis plusieurs années, la plupart des stations proposent des prestations de détente après-ski et après-randonnée, tels que les incontournables bains bouillonnants, douches pression, applications de boue, massages, et une kyrielle d'équipements de bien-être et de détente : bain bouillonnant, piscines, hammam, sauna. Avec des chiffres en constante progression et des infrastructures de mieux en mieux adaptées au thermalisme ludique, les Pyrénées sont devenues une région thermale majeure.

► **Ax-les-Thermes.** Une multitude de sources aux vapeurs sulfurées jaillissent dans la région et sont utilisées à des fins thérapeutiques depuis le XIII<sup>e</sup> siècle. Leur température exceptionnellement élevée (77 °C) et la richesse minérale des eaux permettent l'utilisation de vapeurs chaudes aux multiples vertus dans le traitement des rhumatismes et des voies respiratoires.

► **Ussat-les-Bains.** Située au cœur de la vallée de l'Ariège dans un petit village d'environ 200 habitants, les thermes d'Ussat-les-Bains sont entourés d'un vaste parc boisé sur les rives de l'Ariège. L'établissement est réputé pour les vertus antispasmodiques et sédatives de ses eaux, idéales pour le traitement des maladies psychosomatiques liées aux stress ainsi que certaines maladies neurologiques telles que la maladie de Parkinson. Depuis plusieurs années, la station et l'association « France Parkinson » organisent des stages éducatifs pour les malades parkinsoniens et leurs conjoints, à base de gymnastique en piscine thermale, d'ateliers de psychomotricité, de sophrologie, d'activités culturelles et artistiques et de discussions avec des spécialistes autour

de cette maladie. Insomnies, anxiété, états dépressifs, spasmophilie, dystonies thyroïdiennes, troubles de la ménopause et du cycle sont également soignés à Ussat grâce à l'action de ses eaux sur le système nerveux, ce qui a permis de développer, en plus des cures médicalisées, des séjours courts spécialement axés sur la détente et l'antistress. La cure antistress qui dure 6 jours permet à travers des soins d'eau thermale de lutter efficacement contre les effets négatifs du stress accumulé tout au long de l'année, mais aussi d'apprendre à gérer celui-ci au quotidien. Des séjours détente, des forfaits et des abonnements sont aussi proposés permettant à chacun d'adapter un programme à son rythme et à son budget et de bénéficier des bienfaits de l'eau thermale. On trouve notamment parmi ces soins des bains bouillonnants aux huiles essentielles, des modelages sous affusions, des cataplasmes d'argile, de la sophrologie et des modelages, comme l'énergétique chinois ou l'ayurvédique.

► **Aulus-les-Bains.** La cure thermale à Aulus-les-Bains (par la boisson d'eau thermale et les soins externes essentiellement) provoque une baisse du cholestérol total, une baisse des triglycérides et une baisse de la glycémie et du poids statistiquement significatives alors qu'il n'existe aucune variation dans le groupe placebo. Quatre sources (Darmagnac, Bacque, Nouvelle, Trois Césars) font jaillir des eaux sulfatées, calciques et magnésiennes à une température comprise entre 12 °C et 16 °C, pour un débit de 50 litres/min. Les soins externes sont très variés : bain simple et aérobain, bain avec douche en immersion ou sous-marin, bain avec hydromassage, douches locale, baveuse ou circulaire, douche colonne ou douche manteau, douche générale au jet, massage sous l'eau, cataplasme en application locale unique ou multiple. L'espace détente, à but non thérapeutique, vous procurera plaisir et délassement : bassin avec hydrojets, bain bouillonnant et hammam, le matin pendant les 3 semaines de cure thermale moyennant un supplément.

### Calmé apparent, risque présent !

La production d'électricité à partir des usines hydroélectriques entraîne des lâchers d'eau pouvant provoquer de brusques montées du niveau des rivières. Randonneurs, baigneurs, pêcheurs, pratiquants de sports d'eaux vives : il est dangereux de circuler au milieu d'un cours d'eau en aval d'un ouvrage hydroélectrique, soyez prudents et respectez la signalisation. Même par beau temps, l'eau peut monter très rapidement.



# FESTIVALS ET MANIFESTATIONS

*Des reconstitutions historiques, spectacles médiévaux aux musiques contemporaines, du théâtre de marionnettes aux belles soirées de contes, en passant par les activités ludiques, sportives et gastronomiques, les festivals folkloriques et les expositions de toutes natures, ce sont autant de manifestations de qualité qui nous transportent dans une grande diversité de genres des plus originales aux plus traditionnelles. Découvrez ces nombreuses manifestations, véritables lieux de rencontres, de fêtes et de créativité. Retrouvez toute la culture issue d'un patrimoine local riche, profitez de la qualité d'accueil de tous ces acteurs, professionnels comme bénévoles, passionnés par leur histoire et leur département.*

## Fêtes

### ■ FESTIVAL DES SAVEURS

**AX-LES-THERMES**

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

*En septembre. Restauration.*

Le Festival des saveurs organise depuis plus de dix ans une manifestation favorisant la rencontre de producteurs fermiers et de restaurateurs du département afin de mettre en valeur leur savoir-faire. Depuis sa création, il suscite l'intérêt des professionnels et la curiosité du public et a initié la création du Club des saveurs qui engage selon une charte de qualité des producteurs, des artisans de métiers de bouche et des restaurateurs à proposer le meilleur de la gastronomie ariégeoise dans le respect des produits du terroir. Ce festival a lieu le 2<sup>e</sup> week-end de septembre. Sans intermédiaires, directement du producteur au consommateur. Le concours des binômes met en relation un restaurateur et un producteur pour une création gastronomique originale où le public peut participer à la dégustation des plats. Et enfin le concours des azinats, ce plat typique ariégeois, est réservé aux familles et aux amateurs de cuisine de l'Ariège. Après une préparation sur place, chaque recette est goûtee et notée par un jury. Azinat et rouzolles sont ensuite consommés par le public inscrit au repas festif.

### ■ FÊTE DE LA FIGUE DU MAS D'AZIL

**© 05 61 68 97 08**

[www.effets-nature.com](http://www.effets-nature.com)

*Chaque premier week-end d'octobre.*

De la cueillette à l'assiette... venez partager les divers plaisirs de la figue au Mas-d'Azil : confection et dégustation de confitures à la figue par la Confrérie qui honore ce fruit depuis bientôt 20 ans... Cette journée de fête est l'occasion de découvrir le marché artisanal et différents fabricants de produits basés autour de la figue mais également de mets locaux. Distraction assurée par les spectacles de rue, des musiciens, des saltimbanches... Ambiance festive et (dé) gustative pour toute la famille.

### ■ FOIRE AU GRAS

**MAZÈRES**

*En décembre.*

Chaque année, en décembre, Mazères organise sa traditionnelle foire au gras. Au programme, un concours qui met en concurrence de bons produits du terroir : foie d'oie et de canard, oies et canards entiers, oies et canards ouverts, chapons, dindes et oies de Guinée, et une catégorie plus récente : foies d'oie ou de canard en bocaux ou en boîte. Le jury déguste et le public peut donner son avis ! Bien sûr, les gourmands et gourmets peuvent aussi venir se procurer sous la halle couverte les délices qu'ils concocteront pour les fêtes et qui feront l'objet d'une dégustation commentée par le jury, à laquelle le public sera associé. Le samedi soir a lieu le traditionnel repas du gras, avec foie gras en perspective !

### ■ FÊTE DE LA POMME DE MIREPOIX

**Place du Maréchal-Leclerc**

**© 05 61 68 83 76**

*Chaque 3<sup>e</sup> week-end d'octobre, sur un thème précis la ville est décorée en pommes locales.*

Marché fermier avec les producteurs, tous produits dérivés, fabrication de jus de pomme, distillation... Voilà une bien belle façon d'accueillir l'arrivée de l'automne. L'association des commerçants s'évertue comme toujours à embellir la belle bastide de Mirepoix. Sous les couverts et autour de la ville se déploient des centaines de mains qui manipulent les pommes pour le plus grand plaisir de nos yeux.

### ■ AUTREFOIS LE COUSERANS

**SAINT-GIRONS © 05 61 96 26 60**

[www.autrefois-le-couserans.com](http://www.autrefois-le-couserans.com)

[contact@autrefois-le-couserans.com](mailto:contact@autrefois-le-couserans.com)

*En août.*

Le premier week end d'août, depuis 1992, c'est la grande manifestation des traditions rurales, de la vie fermière, des savoir-faire ancestraux... Elle attire tous les ans plusieurs milliers de personnes. Défilé dans les rues, bal traditionnel, marché artisanal et marché gourmand. Tout est mis en œuvre pour étonner le palais des plus gourmets. Plus de 700 bénévoles participent avec des tracteurs, vaches, moutons et vous font revivre la vie du Couserans d'autrefois.

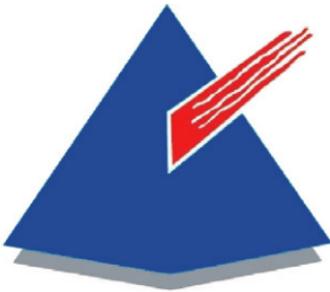
### ■ FÊTES DE LA TRANSHUMANCE

**SAINT-GIRONS**

**© 05 34 14 30 90**

[www.transhumances-haut-salat.com](http://www.transhumances-haut-salat.com)

*Début juin.* Les fêtes de la Transhumance sont l'accompagnement des troupeaux en montagne avec des animations, des repas conviviaux, des spectacles folkloriques, au cœur des Pyrénées, dans le Couserans qui est une région frontalière à l'ouest de l'Ariège. Suivez cette année les troupeaux de moutons tarasconnais, chevaux de Mérens et vaches Gasconnes.



U M I H



## CONCOURS DE LA GEORGETTE D'OR

JE VISITE LES RESTAURANTS, HÉBERGEMENTS LABELLISÉS ET PRODUCTEURS LOCAUX EN ARIÈGE ET, GRÂCE À CETTE CARTE DISPONIBLE DANS LES ÉTABLISSEMENTS, JE PEUX VOTER TOUT DE SUITE EN SCANNANT LE QR CODE OU EN VISITANT [SORTIR.AZINAT.COM](http://SORTIR.AZINAT.COM) !





Avez-vous passé un bon moment ?  
Racontez-nous votre expérience !

[SORTIR.AZINAT.COM](http://SORTIR.AZINAT.COM)

Donnez-nous votre avis sur Sortir.Azinat.com  
Rendez-vous simplement sur <http://sortir.azinat.com> ou scanner le QRCode

Laissez votre avis et tentez de gagner des entrées ou repas avec les partenaires participants à l'opération

Merci. Nous espérons vous revoir bientôt !



La Georgette d'Or  SORTIR.AZINAT.COM La Georgette d'Or  SORTIR.AZINAT.COM

## ■ FOIRE AU GRAS

### VERNIOLLE

⌚ 05 61 68 07 36

*Le 1<sup>er</sup> dimanche de décembre.*

Chaque année, le premier week-end de décembre, la ville de Verniolle organise son marché au gras. Au programme, animation de rue, défilé de vieux tracteurs, bandas, promenades en poney et les produits que vous aimez tant (confit, foie gras, magret...) sur la place du marché ! Vous pouvez également vous restaurer sur place.

## Foires - Salons

### ■ FOIRE D'AUTOMNE

#### PAMIERS

*Un dimanche du mois d'octobre, toute la journée.*

Chaque automne, l'association des commerçants organise une foire. Elle réunit ainsi 200 exposants au cœur de la ville, un dimanche du mois d'octobre. Sur les étals, il est ainsi possible de dénicher vêtements, articles de mercerie, bijoux et parfums, maroquinerie, batterie de cuisine, brocante et produits du terroir. Il est également possible de grignoter sur le pouce, en flânant le long des étalages.

### ■ FOIRE DE SAINT-GIRONS

Le 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> lundi de chaque mois,

La ville doit son nom actuel à Gérunce ou Girons, apôtre qui parcourut les Pyrénées vers le V<sup>e</sup> siècle et fut mis à mort du côté d'Auch. Ses restes furent transportés plus tard sur les rives du Salat où un oratoire fut élevé sur sa tombe (premier édifice d'une ville qui devait prendre le nom du saint), honorée de plusieurs miracles. De l'ancienne église du XVI<sup>e</sup> siècle, on n'a conservé que le clocher qui se termine par une flèche hérisse de têtes de loup. L'aspect extérieur rappelle les basiliques romano-byzantines de la période carolingienne. Sur son parvis et sur cette place rectangulaire recouverte de pavés, on imagine aisément Esmeralda, superbe, dansant à la fête des fous. A voir aussi, l'église de Saint-Vallier pour ses retables et son portail ouest classé en 1925, ce superbe monument gothique étant orné de portail et sarcophages romans, l'église de Saint-Girons est un édifice dont l'architecture mêle plusieurs siècles (clocher du XIV<sup>e</sup> siècle). Il est très agréable de se promener dans Saint-Girons, notamment le long du Salat, en contemplant le vieux pont du XVII<sup>e</sup> siècle.

## Manifestations culturelles - Festivals

### ■ LA TÊTE DANS LES ÉTOILES

#### AUZAT

⌚ 05 61 02 75 98

[www.blog.lebarri.eu](http://www.blog.lebarri.eu)

[infos@lebarri.com](mailto:infos@lebarri.com)

*En août. Ouvert à tous.*

L'Association française d'astronomie, la revue *Ciel et Espace*, Planète Sciences, le ministère de l'Enseignement supérieur et de la recherche, France Bleu et France Info organisent la « Nuit des Etoiles ». A cette occasion, la Maison des patrimoines d'Auzat propose une soirée « la tête dans les étoiles ». Un intervenant astronome, Philippe Tosi, viendra contester le ciel et vous fera plonger dans la voie lactée ! En plus, vous pourrez découvrir le

ciel sous les étoiles du port de Lers, un des hauts sites ariégeois d'observation des astres !

### ■ SPECTACLES DE GRANDS CHEMINS

#### Chemin de la Condamine

AX-LES-THERMES ⌚ 05 61 64 38 00

[www.ax-animation.com](http://www.ax-animation.com)

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

*En août (festival de rue, gratuit).*

Pour sa vingt-et-unième édition l'association Ax Animation propose de découvrir sur ses chemins de contrebande la libre expression des artistes de théâtre de rue, danse, cirque, musique, dans le creux des Vallées d'Ax et au sommet de ses montagnes. Une randonnée est créée, en résidence, par une compagnie laissant voguer son imagination à l'air libre. Accompagnée par des guides de montagne, la randonnée permet à ses participants de découvrir un spectacle écrit sur mesure, de savourer la faune et la flore de cette scène à ciel ouvert. Des spectacles sont proposés sur le plateau de Beille et les villages partenaires de l'édition, associant aux tribulations des compagnies les facettes précieuses de leur patrimoine naturel et bâti.

### ■ TERRE DE COULEURS

#### DAUMAZAN-SUR-ARIZE

⌚ 05 61 69 85 76

[www.terredcouleurs.asso.fr](http://www.terredcouleurs.asso.fr)

[tdc.infos@terredcouleurs.asso.fr](mailto:tdc.infos@terredcouleurs.asso.fr)

*En juillet.*

Terre de Couleurs organise et programme des artistes et spectacles appartenant aux mouvements des musiques du monde, traditionnelles et actuelles. Il est reconnu comme l'un des grands festivals de l'Ariège et de Midi-Pyrénées. Théâtre de rue, danses, chansons populaires, cabaret équestre, déambulation, orchestre sans instruments, jeux en bois traditionnels et insolites ? et aussi conférences. Autant d'animations, de spectacles et d'échanges forts riches et instructifs que nous promet encore Terre de Couleurs.

### ■ LES Z'ARTS EN DOUC

#### DUN

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

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

*En août.*

Depuis plus de dix ans cette association organise le festival d'été de la vallée du Douctouyre. Ce festival multiculturel propose cette année du théâtre local, des projections de reportages et de documentaires, des concerts, des rencontres avec les producteurs de la vallée, des ateliers divers... Mais la petite association bien sympathique est devenue avec le temps une grande et dynamique association, et présente tout au long de l'année des artistes dans différents lieux... Ok, petit renard, tu ne nous dis pas grand-chose ! Le plus simple est d'aller sur leur site pour avoir la programmation à jour. Ça vaut le coup ! Foi de Renard !

### ■ FESTIVAL RÉSISTANCES

#### FOIX

⌚ 05 61 65 44 23

[www.festival-resistances.fr](http://www.festival-resistances.fr)

[festival.resistances@orange.fr](mailto:festival.resistances@orange.fr)

*En juillet.*



Cinéma d'auteur avec des œuvres engagées autour de différents thèmes : on a vu *Bonheur intérieur brut contre PIB*, *Science, devoir d'ingérence*, *Murs et frontières*, *Art, pouvoir et contestation*... Tous les ans, des thèmes sociétaux sont abordés, venus de France ou d'ailleurs. Ce festival s'est donné comme objectif de promouvoir un cinéma rarement diffusé sur les écrans pour créer un salutaire étonnement, faire connaître d'autres regards et d'autres cinéastes que ceux du prêt-à-penser habituel.

### ■ INGÉNIEUSE AFRIQUE

**Domaine de Ruffié  
FOIX**

© 05 61 03 60 29

[www.ingenieuseafrique.info](http://www.ingenieuseafrique.info)  
[ingenieuse-afrigue@orange.fr](mailto:ingenieuse-afrigue@orange.fr)

Entrée gratuite.

Depuis 1996 la ville de Foix accueille l'Afrique en ses murs. Les 3, 4 et 5 août 2018 de 10h à minuit, découvrez sur la place Parmentier des exposants en provenance de tout le continent africain : marché de produits locaux, restauration et découvertes gustatives, sculpteurs, bronziers, griot, conteuse, awalé, films, expos, animations, concerts, ateliers enfants... Une vraie rencontre et des échanges entre nos deux continents. Le soir, concerts sous la halle aux grains.

### ■ JAZZ À FOIX

**FOIX**

© 05 61 01 18 30

[www.jazzfoix.com](http://www.jazzfoix.com)  
[artriege@wanadoo.fr](mailto:artriege@wanadoo.fr)

Fin juillet.

Une pléiade de concerts et une belle distribution pour ce festival ariégeois. Le festival « in » présente un ensemble de concerts donnés par de grosses pointures du jazz. Le festival « Off » anime les terrasses des cafés fuxéens les après-midi et soirées. Il est l'événement culturel de la musique jazz en Ariège. Tous les jours à 18 heures, apéritifs concerts, à consommer avec modération pour l'apéro et sans modération pour la musique.

### ■ FOIRE AU POLAR

**LA BASTIDE-DE-SÉROU**

© 07 86 05 14 38

[www.foireaupolar.wordpress.com](http://www.foireaupolar.wordpress.com)  
[foireaupolar@gmx.com](mailto:foireaupolar@gmx.com)

De septembre à mai.

Les amateurs de polars se retrouveront pour la Foire au polar en Séronais. Le polar décliné sous toutes ses formes : des auteurs, des bouquinistes, des lectures, des conférences, des jeux, du cinéma, des apéros concerts, de la philatélie... Un concours de nouvelles noires et policières est organisé, ouvert à toute personne n'ayant jamais publié. Trois catégories de participants : enfants, adolescents et adultes.

### ■ LES ESTIVALES

**LAVELANET**

© 05 61 01 53 70

De juillet à août. Gratuit. Restauration.

Rendez-vous annuel et musical pour les Estivales de Lavelanet qui se situent généralement de la fin juillet au début du mois d'août. A l'heure où nous écrivons ces lignes, le programme n'est pas encore connu ni définitif. Pour avoir un peu plus d'informations, nous vous invitons à découvrir le programme complet et la liste des musiciens et participants à ce festival sur le site internet de la commune ou en téléphonant à l'office de tourisme.

### ■ JAZZ'VELANET

**LAVELANET**

Au printemps.

Tous les ans, Jazz'velanet est le lieu de rencontres et d'échanges, basé sur l'écoute des musiques authentiques et actuelles. Le festival printanier est toujours associé à un artiste invité, qui nous enrichit par sa famille musicale et la découverte de son univers pour des rencontres improbables, où les aînés transmettent aux plus jeunes au cours d'un travail pédagogique en collaboration avec l'école de musique et les établissements scolaires.

### ■ MIMA FESTIVAL DE LA MARIONNETTE

Rue Vigazory

MIREPOIX

05 61 68 20 72

[www.mima.artsdelamarionnette.com](http://www.mima.artsdelamarionnette.com)

[contact.filentrepo@gmail.com](mailto:contact.filentrepo@gmail.com)

En août.

Ce rendez-vous, désormais bien installé début août, offre l'occasion de découvrir un Mirepoix insolite peuplé de petits personnages malicieusement manipulés. Ce festival reste fidèle à sa volonté de promouvoir les multiples formes de la marionnette, des plus traditionnelles aux plus contemporaines. Le festival décentralise sa programmation dans les villages et propose des circuits en campagne dans des lieux aussi divers qu'un verger, une petite place, une impasse, etc.

### ■ SALON DU LIVRE D'HISTOIRE

LOCALE DE MIREPOIX

05 61 68 83 76

1<sup>er</sup> dimanche de juillet.

Le Salon du livre d'histoire locale de Mirepoix a toujours un grand succès auprès des Ariégeois et des habitants des départements limitrophes tels que la Haute-Garonne ou l'Aude. Il se déroule le premier dimanche de juillet, sur la place Maréchal-Leclerc, sous les couverts et sous la halle. Ventes et dédicaces de livres par les auteurs historiens ou auteurs de romans historiques, bouquinistes et associations de défense du patrimoine, conférences et vente aux enchères privée animeront cette manifestation. Le prix Joseph-Laurent Olive récompense les ouvrages d'histoire locale publié dans l'année. C'est l'occasion de rencontrer ceux qui nous font rêver, de discuter et de partager. Possibilité de rencontrer des généalogistes, des cartophiles... Sur place : repas collectif, remise de prix, tombola et animations.

### ■ SWING À MIREPOIX

05 61 68 83 76

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

[lampasona.vincent@neuf.fr](mailto:lampasona.vincent@neuf.fr)

Tous les week-ends de Pâques.

Festival de swing et de jazz annuel avec animations des rues par le Steam Boat Jazz Band, foire artisanale, exposition d'instruments de musique, de partitions, d'affiches, de livres, de photos, de disques sur le thème du jazz ainsi qu'une omelette géante. Concerts les soirs dans la nouvelle salle Paul Dardier et le « Off » sous la halle en centre-ville. Renseignements auprès de l'office de tourisme de Mirepoix.

### ■ MUSIQUES AU PAYS DE GABRIEL FAURÉ

PAMIERS

05 61 67 52 52

De mai à novembre.

Depuis 1955, ce festival honore Gabriel Fauré et son œuvre. De mai à novembre, une dizaine de concerts sont donnés par de grands interprètes et de belles personnalités. Pamiers est la patrie natale de ce célèbre compositeur et lui rend hommage tous les ans. Patrimoine musical et architectural se mêlent puisque les concerts ont lieu dans les hauts lieux appaméens : Notre-Dame-du-Camp, la cathédrale Saint-Antonin.

### ■ FESTIVAL DE THÉÂTRE

DE SAINT-GIRONS ET DU COUSERANS

SAINT-GIRONS 05 61 96 26 60

[www.theatrales-couserans.fr](http://www.theatrales-couserans.fr)

[theatrales.couserans@gmail.com](mailto:theatrales.couserans@gmail.com)

Tout au long de l'année, ce festival draine dans des lieux improbables son lot de talents, du théâtre classique au boulevard, des expositions et des contes. Les « Théâtrales en Couserans » ce sont tous types de spectacles vivants, mêlant classiques et contemporains, genres et styles pour des publics de tous horizons. Les troupes, toutes professionnelles, sont de provenances régionales ou nationales.

### ■ FESTIVAL D'ART SACRÉ

DU COUSERANS ET DE L'ARIÈGE

SAINT-LIZIER

05 61 96 77 77

*Pendant l'Ascension.* Ce festival se déroule pendant les fêtes de l'Ascension, en Couserans. Le Sacré sous toutes ses formes artistiques : musique, chant, art, théâtre dans les édifices sacrés tels que la cathédrale de Saint-Lizier, l'abbaye de Combelongue, les églises romanes du Haut Salat. Tout en pratiquant des tarifs modiques, le festival propose une programmation de qualité, permet de faire découvrir le patrimoine du Couserans et de l'Ariège.

### ■ FESTIVAL DE SAINT-LIZIER

05 61 66 67 89

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

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

En août.

Le plus ancien festival de musique de la région Midi-Pyrénées : les œuvres de Brahms, Haydn, Mozart, Schubert, Bach, Vivaldi ou encore Liszt et Ravel retentissent dans les rues de Saint-Lizier depuis plus de trente ans. Il fallait un lieu à la hauteur de ces grands génies de la musique. Les concerts ont lieu dans le cadre prestigieux de la cathédrale et de sa superbe acoustique. Un événement que les mélomanes ne peuvent pas manquer. La programmation est confiée à un pianiste français d'origine américaine, David Lively, « Ariégeois de l'Ohio » depuis quelques années.

### ■ LOVE BLUES IN SEM

SEM

06 70 93 47 45 / 05 56 05 12 25

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

[jean-claude.chalifour@orange.fr](mailto:jean-claude.chalifour@orange.fr)

En août.

Le village de Sem est niché au creux d'une vallée glaciée, à 900 m d'altitude, dans un écrin de verdure, traversé d'un petit torrent, juste au-dessus de la vallée du Vicdessos. Sous l'impulsion d'un petit groupe d'amis et de passionnés, cette « nuit du blues » a vu le jour il y a plus de dix ans. Retrouvez le programme détaillé de Love Blues in Sem sur le site Internet. Ce festival est à découvrir absolument dans ce coin de l'Ariège, au croisement de plusieurs vallées.

### ■ TARASCON LATINO

TARASCON-SUR-ARIÈGE

05 34 09 88 88

[www.mairie-tarascon.com](http://www.mairie-tarascon.com)

[info@mairie-tarascon.com](mailto:info@mairie-tarascon.com)

En juillet.

Pendant six jours et six nuits, fin juillet, Tarascon, ses habitants et ses touristes vivent sur des rythmes latinos. Des films, des expos, du théâtre, des conférences, des danses folkloriques et des concerts gratuits, pour les grands et les petits, pour vous immerger dans les cultures des civilisations d'Amérique latine. Le festival s'élargit désormais à différentes cultures du monde, tout cela au pied des Pyrénées ariégeoises.

## Manifestations sportives

### ■ LE TRAIL DES CITADELLES

LAVELANET ☎ 05 61 01 22 20

[www.trail-des-citadelles.blogspot.fr](http://www.trail-des-citadelles.blogspot.fr)

[contact@trail-citadelles.com](mailto:contact@trail-citadelles.com)

*En mars.*

Depuis plusieurs années, le Trail des Citadelles accueille des coureurs venant de tous horizons, (60 départements) ainsi que des Belges, Andorans, Luxembourgeois, Espagnols, Anglais, Marocains, Brésiliens, etc. tous participent à cette aventure pour découvrir la course mais aussi les châteaux cathares et les paysages de notre région. Quatre parcours sont proposés : 20, 40 et 70 km individuels et une rando. Au cœur du Pays d'Olmes vous apprécierez les deux sentiers en sous bois, la vue panoramique sur le saint Barthélémy, les forêts de Belesta et Mondini, le charme romantique des cascades de Roquefort et le magie de la fontaine de Fontestorbes, les chemins escarpés pour atteindre les châteaux de Montsegur et Roquefixade. A la fin de votre périple fatigués mais heureux, vous retrouverez l'ambiance conviviale du repas. Plus de 150 personnes travaillent au succès toujours grandissant de cette manifestation et durant les courses 6 points de ravitaillement sont installés où des bénévoles assurent la logistique. Le Trail des Citadelles reste une aventure humaine et intérieure formidable.

### ■ L'ARIEGEOISE

SAINTE-GIROS

[www.cyclosport-ariegeoise.com](http://www.cyclosport-ariegeoise.com)

[ariegeoise.cyclosportive@gmail.com](mailto:ariegeoise.cyclosportive@gmail.com)

*En juin.*

Cyclosportive de niveau international. Plus de 4 000 participants attendus entre Tarascon-sur-Ariège et Les Cabannes par les cols ariégeois, la croix des Morts, Paillères, le Chioula. Quatre parcours (de 69 km à 169 km) : cette année il y a même l'Ariégeoise XXL ! Une grande partie des trois parcours se déroule dans le Pays d'Olmes et traverse le massif du Plantaurel, piémont des Pyrénées ariégeoises. Le parcours de l'Ariégeoise de 153 km est entré dans les annales : « La cyclosportive des Pyrénées ». L'arrivée se fait aux Cabannes. Le dénivelé global est de 3 128 m !

## Spectacles historiques - Son et lumière

### ■ FOIX TERRE D'HISTOIRE

Théâtre de verdure de l'Espinet

FOIX ☎ 05 61 02 88 26

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

[foix.terre.d.histoire@wanadoo.fr](mailto:foix.terre.d.histoire@wanadoo.fr)

*En août.*

Dans le cadre privilégié du théâtre de verdure de l'Espinet, cette reconstitution historique est attendue chaque année avec le même enthousiasme. A la nuit tombée, le château de Foix devient le siège d'un spectacle qui remonte le temps et replonge dans l'histoire de l'Ariège. Plus de 200 comédiens, bénévoles ou professionnels et puis, bien sûr, des feux d'artifice, des canons à images et des lasers, particulièrement grandioses chaque année. Durant plus d'une heure trente, actions, émotions, effets spéciaux, cascades et tableaux vivants vous transportent dans les pas de ceux qui, il y a huit siècles, ont résisté au nom de la liberté de choisir. C'est un des grands spectacles historiques de Midi-Pyrénées avec dans le rôle principal : l'unique et magnifique château de Foix.

### ■ LES LAMES D'ARIÈGE

FOIX

☎ 06 84 57 34 55

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

Licence annuelle 160 €. Entrainement les jeudis et samedis. « Bretteurs et menteurs sans vergogne, ce sont les cadets de Gascogne ! » déclame Cyrano, mais saviez-vous que tard le soir on peut entendre croiser les rapières dans la cité fuxéenne ? Mousquetaires affrontant les Gardes du Cardinal, bretteuses futées prêtes à poser leurs aiguilles pour en découdre de leurs lames affûtées. Pelargus, Roland le coutelier... tous ces personnages sont issus des spectacles présentés par cette troupe d'épicuriens (et de sportifs) qui s'affrontent, s'amusent sous les yeux experts de Gauthier leur maître d'armes. Quel que soit votre âge, vous aussi vous pouvez rejoindre cette équipe de gais lurons (et luronnes). Inutile d'avoir fait de l'escrime auparavant, ils vous apprendront ! *Pitchouns mas valent !*

### ■ LES MÉDIÉVALES DE MAZÈRES

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

*En août.*

Comme chaque année, organisées par l'association Fébus Aban, ces fêtes médiévales réunissent plus de 400 figurants et 50 cavaliers défilant dans les rues de la belle bastide de Mazères le samedi à 21 heure et le dimanche à 16 h avant le spectacle. Le dimanche soir un grand festin médiéval pour 650 couverts et 8 services est organisé sous la magnifique halle couverte avec de nombreux divertissements.

### ■ FÊTES HISTORIQUES DE MIREPOIX

☎ 05 61 68 83 76

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

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

*En juillet.*

Du vendredi au lundi, les Fêtes historiques de Mirepoix sont une reconstitution d'une histoire riche, d'un cadre magnifique, de costumes époustouflants et de bénévoles motivés qui ont le secret de ce festival. Défilé historique le dimanche après midi, saynètes nocturnes et marché artisanal sous les couverts et médiéval sur le parvis de la cathédrale durant 4 jours. Jeux géants en bois et présentation de jeux d'antan. Un fabuleux voyage dans le temps à travers l'Histoire, la musique et les jeux. Venez découvrir l'ambiance moyenâgeuse au cœur de la magnifique cité de Mirepoix qui se clôture toujours avec un défilé aux flambeaux et une messe en occitan dans la cathédrale.

*Parc de la Préhistoire à Tarascon-sur-Ariège.*

© Anibal Trejo – Adobe Stock



# DE LIEUX EN LIEUX



# DE LIEUX EN LIEUX

## AULUS-LES-BAINS ★

Niché au fond de la vallée, Aulus est entouré par de hautes montagnes boisées, tel un amphithéâtre. Déjà connu à l'époque romaine grâce à ses riches ressources minières (or et argent) et à ses eaux thermales, Aulus est la première station française pour traiter le cholestérol. Là, tout est conçu pour que le temps des soins soit un moment de bien-être et de détente : unités de soins spacieuses aux larges baies vitrées surplombant le parc thermal, solarium où l'on a plaisir à se reposer entre deux soins... .

Mais Aulus, c'est beaucoup plus qu'une station thermale ordinaire, les raisons de s'y rendre sont multiples : ses lacs et ses cirques glaciaires, ses torrents et ses rivières, sa cascade d'Ars, son moulin, ses estives, sa faune et sa flore exceptionnelles.

### Le couvert

#### ■ LES CHAMPS DE NEIGE

Col de Latrappe ☎ 05 61 66 79 71

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

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

Ouvert toute l'année. Du mardi au dimanche. Menus de 15 € à 18,50 € (menu à 30 € pour 2 personnes). Formule du midi : 13,50 €. Accueil des groupes. Terrasse. Nombre de couverts en salle : 50. Nombre de couverts en terrasse : 20. Voilà une belle adresse authentique où l'accueil, le décor sans prétention, la cuisine familiale et donc traditionnelle

vous invitent à passer un moment des plus agréables dans cette région riche de magnifiques paysages pour les amoureux de la nature, à 1 100 mètres d'altitude. Autrefois créé (il y a plus de cinquante ans) et tenu par Titine, la maman de notre actuel hôte Jean-Pierre Faur, qui sait régaler vos papilles après quelques heures de glisse : la cuisine est toujours à base de produits frais et vous dégusterez les spécialités du chef tels les ris de veau, le canard à l'orange, la côte de veau aux copeaux de fromage de brebis ou encore le saumon sauce aux cèpes. A noter, le rapport qualité-prix est excellent.

#### ■ LA GRANGE DE L'AGOUADIS

⌚ 05 61 96 00 72 / 06 81 69 43 99

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

[mpapaix@free.fr](mailto:mpapaix@free.fr)

Ouvert toute l'année. Basse saison : le vendredi et le samedi de 12h à 14h et de 19h à 21h ; le dimanche de 12h à 14h. Haute saison : tous les jours de 12h à 14h et de 19h à 21h. A toute heure : boissons, crêpes, gaufres et desserts maison. Menus de 14 € à 24 €. Carte : 17 € environ.

Tout au bout d'un chemin à l'orée du bois voici une charmante grange aménagée en bistro de pays ! Découverte surprise et originale derrière l'établissement thermal, au cœur d'une prairie bordée de noisetiers. Un enchantement pour les yeux et pour les papilles. Régulièrement, la « Grange » vous propose un plat typique d'Ariège. Les jeudis, c'est l'azinat aux choux

## Folles nuits ariégeoises

L'Ariège by night, ça vous tente ? Comment ça, il n'y a rien ? Mais sortez, braves gens ! Il y a des bars sympas, des salles de concert, un bowling, des after work, des pubs (peuuub, pas comme une pub) et des discothèques, dont les *dancefloor* m'entraînent au bout de la nuit, les démons... stop ! pas d'images. Le renard accompagné de quelques renardes a sélectionné quelques établissements correspondant à tous les goûts et à tous les âges. On se retrouve où ?

#### ■ L'ACHIL CAFÉ

2, avenue République  
FOIX ☎ 06 73 18 20 80

Voir page 95.

#### ■ CAFÉ GROS

27, cours Gabriel-Fauré  
FOIX ☎ 05 61 65 00 07

Voir page 83.

#### ■ NO NAME

1, avenue Lakanal  
FOIX  
⌚ 05 61 65 59 93

Voir page 86.

#### ■ LE RELAIS DE POCHE

2, rue de la République  
VERNIOLLE ☎ 05 34 01 68 37

#### ■ STRIKE BOWLING

Zone commerciale La Bouriette  
Village auto  
PAMIERS ☎ 05 61 68 09 32

Voir page 143.

#### ■ V&B

Face au Leclerc  
6 a, rue des Mille-Hommes  
SAINT-JEAN-DU-FALGA ☎ 05 61 68 57 33

Voir page 147.

# Georgette, qui es-tu ?

Avec quoi mange-t-on sa soupe ? Avec une Georgette. Avec quoi mange-t-on ses légumes ? Avec une Georgette. Et avec quoi mange-t-on son pâté ? Avec une Georgette ! Eh oui c'est une jolie association cette invention ariégeoise. Fusionner une fourchette et une cuillère en un seul couvert fallait y penser, et Jean-Louis Orengo l'a créée. La Georgette a maintenant dépassé le simple stade d'ustensile pour devenir un véritable trophée, en or et en ébène, pour récompenser les meilleurs lieux de restaurations en Ariège. Durant deux mois un jury composé de professionnels et de particuliers vote pour récompenser les meilleures tables du département. A l'initiative du président de l'Union des métiers de l'hôtellerie, suivi par la CCI et l'ADT, cette grande manifestation autour des métiers de la bouche met à l'honneur les produits locaux et décerne un prix au meilleur d'entre eux. Trois sortes d'établissements concourent, le café-bistrot, le restaurant traditionnel et familial, et le gastronomique. L'originalité du menu, l'authenticité des produits, la mise en valeur du repas spécial Georgette, l'accueil, ou encore le rapport qualité-prix sont les critères de l'attribution du trophée de la restauration en Ariège.

et sa rousseole, les vendredis, vous dégusterez la truite fraîche des chutes d'Aston (Label Rouge)... Les frites de pommes de terres, à la carte, sont cuites à la graisse de canard. Régulièrement des animations et concerts sont proposés, ainsi que des ateliers. C'est un espace de vie et de rencontres qui bouge, où il se passe toujours quelque chose. A voir !

## ■ L'ÉTAPE

### Place du Midi

① 05 61 96 79 88 / 06 14 40 41 59

[www.restaurantetape.free.fr](http://www.restaurantetape.free.fr)

Fermé du 1<sup>er</sup> décembre au 31 mars. Ouvert du mardi au dimanche le midi et le soir. Bar ouvert dès 7h. Menus de 13 € à 24 €. Plat du jour : 10 €. Terrasse.

Bâtie dans les années 1880, l'Étape était déjà une pension de famille. Ce bar-restaurant est situé au centre du village. Dominique et Yvan Papaix l'ont décoré avec goût et esprit dantan. Vous découvrirez une grande cheminée dans la salle de restaurant aux hauts plafonds composée comme une immense table d'hôte, ainsi qu'un remarquable bar, tout en bois. On s'y sent bien, comme chez soi. A noter : les grands tableaux contemporains qui ornent la hauteur des murs, mélange de styles et d'époques, qui personnalisent les lieux. La cuisine est familiale et de qualité, à base de produits locaux. De plus, des gîtes sont mis à disposition pour le plus grand plaisir des vacanciers.

## Le gîte

### ■ HÔTEL LES OUSSAILLES

① 05 61 96 03 68

[jcharraue@orange.fr](mailto:jcharraue@orange.fr)

12 chambres. Chambre simple de 39 € à 46 € ; chambre double de 49 € à 61 € ; chambre triple à partir de 61 €. Demi-pension : 92 € (à 104 € pour 2 personnes, 113 € à 138 € pour 3 personnes). Chèque Vacances.

Dans une magnifique demeure datant de 1925, à seulement 10 km de Guzet, cet hôtel-restaurant conjugue à merveille ambiance familiale, accueil naturel et qualité. Gaëlle saura vous conseiller pour vos excursions et Jean-François, son mari, vous préparera de bons petits plats que vous dégusterez dans la grande salle à manger ou en terrasse, aux beaux jours. Il prépare avec goût une

cuisine familiale traditionnelle. Les douze chambres sont toutes parfaitement équipées, avec téléphone, tv par satellite et chauffage électrique indépendant. Il ne manque que les ours... mais peut-être en verrez-vous au cours de vos longues randonnées ! Les Oussailles signifient les montreurs d'ours en patois.

## Gîtes

### ■ GÎTES RURAUX LES TROIS SEIGNEURS

Soulane

① 05 61 02 83 24 / 06 72 87 63 71

[villabelisama.ariege@orange.fr](mailto:villabelisama.ariege@orange.fr)



Ouvert toute l'année. Pour 15 personnes (108 m<sup>2</sup>, 6 chambres). De 650 € à 1 050 € la semaine selon saison. Le second gîte (capacité de 4 à 6 personnes : de 400 à 700 € la semaine. Bain bouillonnant. Excursions. Construits en pierre du pays, ardoises et bois, ces gîtes de caractère et leur piscine commune bénéficient d'une vue panoramique sur la montagne et le village. Aménagés avec beaucoup de goût, votre séjour sera enchanteur entre le centre de remise en forme, la célèbre cascade d'Ars et les nombreux étangs aux détours de vos escapades. Au cœur d'une nature authentique vous passerez, été comme hiver, des vacances magiques et inoubliables.

## Campings

### ■ CAMPING MUNICIPAL LE COULEDOUS\*\*

Couledous

① 05 61 66 43 56

[www.camping-aulus-couledous.com](http://www.camping-aulus-couledous.com)

[campingcouledous@orange.fr](mailto:campingcouledous@orange.fr)



Ouvert toute l'année. 72 emplacements. Exposition : ombragé. Sol : herbeux. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 14,50 € à 16,50 €. 12 chalets pour 4 à 6 personnes de 190 € à 480 € la semaine ; 6 chalets pour 5 à 7 personnes de 220 € à 550 €. Animaux acceptés si gentils. Jeux pour enfants. Wifi. Barbecue, Boulodrome. Hammam, bain bouillonnant. Services à proximité et payants.

Dans le Haut Couserans, un territoire de traditions où les eaux thermales, la transhumance, les produits locaux authentiques se mêlent à une flore et une faune préservées, se trouve le camping d'Aulus. C'est le point de départ idéal pour découvrir Ars, la plus haute cascade des Pyrénées, et arpenter la douce vallée du Garbet. Ce séjour naturel offre à proximité nombre d'activités sportives telles que le canyoning, le parapente, l'escalade, la pêche ou le ski, avant ou après une remise en forme de bien-être et de détente. Un accueil chaleureux et fort sympathique pour garantir des vacances inoubliables riches d'activités et de sensations. Les responsables du camping sont toujours à l'écoute et répondent à vos besoins et vos désirs pour rendre encore plus doux votre séjour dans ce cadre idyllique où plus d'un en ont fait une destination annuelle.

## Loisirs

### ■ LES THERMES D'AULUS-LES-BAINS

© 05 61 66 36 80 – [www.thermes-aulus.fr](http://www.thermes-aulus.fr)

[secretariat@thermes-aulus.fr](mailto:secretariat@thermes-aulus.fr)

Ouvert le jeudi et le samedi de 15h30 à 17h45. Basse saison : du lundi au mercredi et le vendredi de 15h30 à 18h45. Haute saison : le lundi, le mercredi et le vendredi de 15h30 à 18h45. Espace aqua-détente. Entrée : 9 € (espace aqua-détente). Entrée enfant (de 3 à 14 ans) 5 €. 20 € forfait 5 entrées. Entrée adulte 9 €. 40 € le forfait

5 entrées Duo 2 adultes 16 €, 72 € le forfait 5 entrées. Pass Famille 23 € l'entrée, 103 € le forfait de 5 entrées (pour 2 adultes et 2 enfants de 14 ans et moins. Pour tout public à partir de 3 ans. Boutique.

A une altitude de 780 m, Aulus-les-Bains, un des fleurons touristiques du Couserans, est la station du cholestérol par excellence. Réputées depuis l'Antiquité, les eaux thermales d'Aulus-les-Bains, on y soigne également les obésités, la goutte, le diabète, l'hypertension artérielle... Sulfatées, calciques et magnésiennes, les eaux d'Aulus-les-Bains agissent sur le métabolisme et sont particulièrement efficaces dans le traitement de l'hypercholestérolémie (diminution du cholestérol total mais augmentation du bon cholestérol). Elles améliorent un certain nombre de paramètres du bilan lipidique et son reconstruisent pour leurs qualités purgatives et diurétiques. La cure, dans ce remarquable site du Couserans, représente donc un excellent moyen de prévention contre la plupart des maladies cardio-vasculaires. Parmi les soins possibles : aérobain, bain avec douche sous-marine, douche générale au jet, douche locale, douche pénétrante, bain de vapeur collectif, massage sous l'eau, etc. Savoir que la station d'Aulus-les-Bains n'est pas réservée exclusivement aux malades : elle peut aussi vous remettre sur pied après une journée de ski ou une randonnée difficile. L'espace détente des thermes, avec son bassin chauffé à hydrojets, son bain bouillonnant et son hammam, entouré de grandes baies vitrées ouvertes sur la nature promet de doux moments de détente.

## AUZAT

Le pays d'Auzat et de Vicdessos qui s'étend le long du Vicdessos jusqu'au Montcalm, « Toit de l'Ariège » (3 077 m), offre un patrimoine naturel et historique des plus riches. La détente s'annonce en douceur au fil de randonnées pédestres suivant le cours des sentiers, des lacs, des torrents et des rivières, car l'eau y est partout. Les loisirs deviennent véritablement toniques et riches en sensations fortes : équitation, parapente, ski, escalade, VTT, canyoning, via Ferrata. La petite hôtellerie de montagne, les gîtes, les chalets et les chambres d'hôte offrent un hébergement convivial et non surfaite proche de la nature. La qualité de l'environnement et la variété des activités valent à juste titre aux communes mitoyennes d'Auzat-Vicdessos, le nom de « Station Sport Nature du Montcalm ».

## Points d'intérêt

### ■ LE BARRI – MAISON DES PATRIMOINES

Le Barri, Maison des Patrimoines

© 05 61 02 75 98

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

[infos@lebarri.com](mailto:infos@lebarri.com)

Visite guidée. Boutique. Animations.

Au pied du Montcalm, des plus hauts sommets ariégeois où l'eau minérale jaillit de sa source dans une nature pure et exceptionnelle, se trouve le village d'Auzat. Au bout de la vallée de Vicdessos, les villages sont accrochés à flanc de montagnes comme des crèches provençales, des paysages époustouflants entourent l'homme depuis la

nuit des temps. De la Préhistoire, avec des traces d'habitats troglodytiques, aux activités industrielles du siècle dernier avec l'hydroélectricité et l'électrométallurgie en passant par l'époque médiévale, voilà un héritage historique à ne pas manquer. L'histoire des paysages et des hommes expliquée à travers trois salles d'expositions permanentes, c'est Le Barri, Maison des Patrimoines, un centre d'interprétation où animations, expositions, conférences, films, stages, balades culturelles sont proposés tout au long de l'année. A titre d'exemples pour les mois à venir : week-end d'initiation aux fouilles archéologiques, rencontre avec un berger, à la recherche du Desman, le monde des abeilles, une observation du soleil ou encore une balade photographique. Un espace à visiter à tout prix.

### ■ CHÂTEAU DE MONTRÉAL DE SOS

Hameau de Olbier

© 05 61 02 75 98

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

[flo@lebarri.com](mailto:flo@lebarri.com)

Visites guidées certains jours. Gratuit.

Datant du XIII<sup>e</sup> siècle, ce château fut le plus important du comté de Foix. Pourtant ce site n'est plus habité depuis longtemps (près de 700 ans) comme le prouvent les vestiges des murs de l'enceinte et des tours. Les environs de cette forteresse qui domine le bassin d'Auzat-Vicdessos sont également à découvrir, notamment les grottes et les baumes dans lesquelles des peintures sont l'objet d'une mystique liée au catharisme. Le site est l'objet, actuellement, de fouilles archéologiques.

# L'eau de Montcalm

Dans les Pyrénées ariégeoises, est une richesse cachée et protégée de toute pollution humaine, une source exceptionnelle. La montagne Montcalm à l'origine du nom de cette eau minérale culmine à 3143 m d'altitude. Resurgissant à 1 100 mètres d'altitude, au-dessus de la vallée d'Auzat, l'eau de la source est transportée par des canalisations à l'usine d'embouteillage d'Auzat. Respectueux des hommes et de l'environnement, le site de Montcalm s'est engagé dans une démarche volontaire de développement durable, visant à satisfaire les besoins actuels des hommes, sans compromettre ceux des générations futures. Cette eau qui vient du cœur de la montagne des Pyrénées, dans le massif du Montcalm, n'est pas traitée : elle est donc entièrement naturelle. L'eau provenant de la source Montcalm est très pure, à consommer fraîche, et parfaite pour les personnes soucieuses d'avoir une bonne hygiène de vie. En effet, la bouteille s'est transformée pour laisser place à une bouteille en plastique fabriquée 100 % à base de plastique recyclé (PET recyclé). Montcalm devient ainsi la première et la seule eau minérale en bouteille plastique écologique. Elle respecte la politique environnementale des 3 E : Evoluer ensemble, Evoluer toujours, Evoluer vraiment. Montcalm, l'eau 100 % ariégeoise !

## Le gîte

### ■ VILLAGE DE VACANCES DE MARC

**Marc**

05 61 64 88 54

[www.marc-montmija.com](http://www.marc-montmija.com)

[contact@marc-montmija.com](mailto:contact@marc-montmija.com)



Ouvert toute l'année. 16 logements (+ 35 chambres de 2 à 4 lits). Bungalow de 350 € à 840 € la semaine. Chèque Vacances. Club enfants. Wifi. Animations.

Au cœur des Pyrénées, au pied des plus hauts sommets de l'Ariège, là à 1 000 mètres d'altitude, le village de vacances de Marc vous propose un hébergement de qualité dans un site naturel préservé, pour des vacances authentiques, à taille humaine. Marc, le site idéal pour les amoureux de la nature et de la montagne. Professionnels des vacances, un personnel d'accueil et d'animations répondront à tous vos désirs de confort et d'aventures pour un séjour idéal en famille. A proximité de sites riches en histoires, traditions et paysages, les nombreuses formules d'hébergements et de restaurations garantissent un épanouissement culturel et sportif.

## Campings

### ■ CAMPING LA VERNIÈRE\*\*

**Camping Village**

05 61 64 84 46

[www.laverniere.eu](http://www.laverniere.eu)

[infos@laverniere.eu](mailto:infos@laverniere.eu)



Ouvert toute l'année. Emplacement + véhicule de 2,70 € à 4,50 €. Chalets pour 5 personnes de 340 € à 510 € la semaine ; chalets pour 4 personnes de 270 € à 440 € ; mobil-homes pour 2 personnes de 180 € à 300 € ; mobil-homes pour 4 personnes de 230 € à 420 €. Chalets labellisés Clé Vacances. 3 Gîtes dans le village d'Olbiel pour 4 personnes de 172 € à 309 € selon la saison. Chambres adaptées. (Surtout téléphoner pour réserver selon vos besoins spécifiques). Club enfants. Jeux pour enfants. Animaux acceptés. Connexion Internet.

Au cœur des Pyrénées, au pied du Montcalm, le plus haut sommet de l'Ariège, le camping d'Auzat possède 64 emplacements individualisés par des haies de verdure ombragés. Dans l'enceinte même du camping se trouvent 7 chalets modernes dont 2 sont spécifiquement équipés pour accueillir les personnes à mobilité réduite. Sur un vaste terrain à l'écart du camping, 10 magnifiques chalets authentiques, entièrement équipés pour 4 et 5 personnes, vous attendent pour des vacances de rêves en pleine nature, entre piscine et escapades en montagne. Grottes et châteaux de la vallée du Vicdessos n'auront plus aucun secret pour vous.

## Loisirs

### ■ CENTRE ÉQUESTRE D'AUZAT ET VICDESSOS

**Ournac**

05 61 64 84 66

[www.centrequestredumontcalm.net](http://www.centrequestredumontcalm.net)

Ouvert toute l'année. Tous les jours. 1 heure 22 € (cavalier de passage). Demi-journée de stage à partir de 38 €. Cavalier handicapé, 13 €. Location poney en main, 1/2 h : 10 €.

Un manège couvert, deux carrières en sable (40 m x 20 m et 70 m x 30 m), cavalerie shetland, double poneys, Mérens, chevaux de selle, pour cavalier de 2 à 77 ans, débutants ou confirmés. Pension de chevaux, leçon d'initiation et de perfectionnement (dressage, obstacle, cross, voltige, TREC), promenade et randonnées, location de poneys en main pour les moins de 12 ans, stage à la demi-journée, passage des examens fédéraux (galop 7). Le centre équestre et l'école d'équitation verte appartiennent à la mairie d'Auzat et l'animation en a été confiée à Céline Chaise. De l'initiation au perfectionnement et même à la préparation aux concours, ce centre d'équitation est complet pour une découverte de l'activité équestre aussi bien pour les adultes que pour les enfants. Des randonnées à la demi-journée ou sur plusieurs jours, sur demande, conduiront les cavaliers au pas du Mérens dans les vallées de Goulier et Sem ou la haute vallée de Vicdessos. Sur place, également un centre d'hébergement de douze couchages répartis dans quatre chambres, une salle pédagogique et un club-house.

## Emplettes

### ■ PYRÈNE

#### 106, rue du Montcalm

① 06 83 03 89 71

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

[pyreneboissons@outlook.fr](mailto:pyreneboissons@outlook.fr)

Ouvert du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 17h30. Le Montcalm n'est pas qu'un massif, c'est également une région de sources réputées pour leur qualité et leur pureté. C'est pour leurs vertus qu'Elie et Bastien ont choisi de se lancer dans la production de limonade aux bulles fines et de thés glacés aromatisés. Les deux amis se sont rencontrés sur les bancs du lycée Gabriel Fauré de Foix et tous deux sont des Ariégeois, l'un de Cadarçet l'autre de Saint-Girons. Chacun avec ses compétences, Bastien était auparavant brasseur et Elie gestionnaire et commercial. La production est 100 % artisanale à base de l'eau de source extraite dans le Montcalm et les arômes et ingrédients issus de l'agriculture biologique. Tout est fait sur place, le brassage et le dosage sont faits manuellement ainsi que l'embotteillage et l'étiquetage. On peut facilement se désaltérer grâce à la cinquantaine de points de vente dans le département. Il paraîtrait que nos deux comparses ont dans leurs cartons une recette de cola ! C'est pour bientôt. A venir également, des visites de l'atelier.

### ■ Dans les environs

## Goulier

### ■ LE RELAIS D'ENDRON

#### Route touristique

① 06 41 15 04 55

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

Ouvert toute l'année. CB non acceptée. Chèque Vacances. Dominant la superbe vallée de Vicdessos, et accroché à la montagne, le petit village de Goulier est un écrin qui abrite la plus petite station de ski des Pyrénées. C'est dans l'ancienne école du village que s'est créé ce gîte-auberge-d'étape de montagne. Composé de 5 chambres et d'un dortoir de 10 lits, vous pourrez y séjourner en autonomie ou en demi-pension grâce au restaurant de ce petit complexe.

### ■ STATION DE SKI DE GOULIER

#### La Prado

① 05 61 64 88 99

[www.goulier-neige.fr](http://www.goulier-neige.fr)

[administration@cc-hauteariege.fr](mailto:administration@cc-hauteariege.fr)

Ouvert tous les jours à partir de 10h et à partir de 17h. Entrée : 18 € (journée adulte). Abonnement : 34 € (2 jours adultes). Gratuit pour - 5 ans et + 75 ans.

Au dessus d'Auzat et de Vicdessos, c'est par une route sinuose que vous parviendrez à cette petite station Sport Nature au pied du Montcalm. L'une des plus conviviales du département, loin de l'esprit de compétition. On se sent presque chez soi. Il est possible de combiner deux activités sportives en passant des spatules à l'étrier avec des week-ends ski équitation. 4 remontées mécaniques,

6 pistes dont 2 vertes 2 rouges et 2 bleues résument l'ensemble du circuit de 7 km. Espace enfant.

### ■ LE RUCHER DU MONTCALM

① 05 61 64 83 86 / 06 14 83 48 84

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

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

Visite de l'écomusée et de l'exploitation sur rendez-vous.

A 7 km d'Auzat, dans le charmant petit village de Marc, à 1 070 m d'altitude, le dernier de la vallée au pied du barrage de Soulcem, l'apicultrice Sylvie est la reine des abeilles, elle surveille ses 100 ruches et récolte le précieux miel doré. Tous les produits de la ruche sont des antibiotiques naturels à chacun sa vertu. Les butineuses rapportent le pollen des fleurs de haute montagne. De la plus douce à la saveur la plus forte, il existe de nombreuses variétés de miel : acacia, rhododendrons, tilleul, châtaignier, bruyère et bien sûr « toutes fleurs en pierres sèches ». Les enfants aimeront à coup sûr le grand ours en bois sculpté dans lequel nichent les insectes et apprécieront de découvrir le petit écomusée des abeilles.

## Mercus

### ■ ARIÈGE AZIMUTH

#### 8, rue de la Rivière – Garrabet

① 09 80 79 09 09 / 06 71 03 78 68

[www.ariege-azimuth.com](http://www.ariege-azimuth.com)

[contact@ariege-azimuth.com](mailto:contact@ariege-azimuth.com)

Label La Clef Verte. Possibilité de location à la semaine selon le type de maison.

Au cœur des Pyrénées ariégeoises, après de grandes randonnées ou suite à la découverte des grottes et châteaux, vous regagnerez votre maison et admirerez les paysages depuis le bord de la piscine. En effet, Ariège Azimuth est un ensemble où les hébergements en bois et pierres avec terrasse, la piscine chauffée et son espace bien-être, les multiples activités sur place en font des vacances de rêve pour tous les amoureux de la nature dans le sens fort du terme.

### ■ CAMPING DU LAC\*\*\*

#### 1, promenade du Camping

① +33 5 61 05 90 61 / 06 86 27 59 86

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

[info@campingdulacmercus.com](mailto:info@campingdulacmercus.com)

Au seul feu tricolore de Mercus, tourner côté Lac, ensuite à gauche et vous êtes arrivé.



Ouvert de mi-avril à mi-octobre : du lundi 9h au dimanche 20h. Réservation recommandée. Accueil jusqu'à 20h. Terrain de 1,2 ha. 63 emplacements. Exposition : ombragé. Emplacement + véhicule + 2 personnes. Nombreuses formules à voir sur le site internet. Chèque Vacances. Wifi gratuit.

Dans une ambiance chaleureuse et familiale, les nouveaux propriétaires, Angèle et Olivier, vous accueillent dans ce lieu de villégiature labellisé Camping Qualité, situé au bord d'un plan d'eau, à seulement quelques kilomètres de Tarascon, Foix et de la principauté d'Andorre, autant de lieux à découvrir et à visiter au cours de balades. Vous

pourrez également partir en randonnées pédestres et découvrir de nombreux châteaux et grottes pittoresques, typiques de la région. Et aussi : téléski nautique, canoë, tabac à 4 km, pêche, magasin d'alimentation à 1 km, pizzas et rotisserie, équitation à 15 km, tennis à 1 km, vélo à 4 km, aire de jeux.

## Sem

### ■ LA MINE DE FER DU RANCIE

© 05 61 03 80 00

[mairie.sem@wanadoo.fr](mailto:mairie.sem@wanadoo.fr)

Ouvert toute l'année. Haute saison : tous les jours de 11h à 18h. Le reste de l'année sur rendez-vous.

Cette exposition vous retracera l'histoire de la mine de fer de Rancié longtemps considérée comme la plus importante mine de fer des Pyrénées.

Pics de mineurs, lampes à huile, gorbilho, gravures, photographies anciennes et documents d'époque s'offrent à vous ; le film d'Arthus Fonthès de 20 minutes vous permet également de revivre les conditions de vie de ces familles de mineurs. Pour compléter votre visite, un espace « mine » est aménagé dans la Maison des Patrimoines, le Barri à Auzat.

## Vicdessos

### ■ LA VIA FERRATA

Rue du Centre

© 06 81 01 16 49 / 05 61 05 19 37

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

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

Ouvert toute l'année. Haute saison : tous les jours de 9h à 15h. Sur réservation le reste de l'année. Adulte : de 23 € à 26 €. Moins de 17 ans de 20 € à 23 €. Moins de 13 ans 14 €.

La plus importante via ferrata des Pyrénées est ouverte et elle se trouve à Vicdessos, avec plus de 700 m de dénivelé et plus de 1 300 m d'itinéraire câblé et sécurisé. Ce sont les premières Via thématiques et culturelles, pour partager l'histoire de nos vallées. Des falaises aménagées, pré-équipées, assurées par un câble, échelles et échelons métalliques, poutres, passerelles et ponts permettent à chacun de vivre une expérience inouïe.

## Le dolmen de Sem

Quelle est cette étrange pierre que l'on aperçoit depuis la vallée ? Cette pierre semble défier les lois de la pesanteur et paraît fragile, tenant grâce à un équilibre précaire. Il s'agit du « dolmen » de Sem ou Palet de Samson. Effectivement, on pourrait croire être en face d'un ouvrage néolithique, posé là par nos ancêtres les Gaulois, abreuvés de potion magique... Cette pierre est en fait beaucoup plus ancienne et sa légende, bien plus mystérieuse. Il faut remonter à l'époque de Samson (celui de Dalila), soit au XII<sup>e</sup> siècle avant J.-C.

Après s'être fait couper les cheveux, le géant et méchant Samson s'installa dans les Pyrénées. Il avait pour habitude de se nourrir des brebis des braves pâtres de Vicdessos.

Sa stratégie était toujours la même. Il émettait un râle pour annoncer sa venue, s'emparait d'une énorme pierre (ses cheveux ayant repoussé) et la projetait en l'air en direction du berger qui mourrait sur le coup des suites de l'onde de choc provoqué par la chute du mégalithe. Vous pouvez donc voir le dernier palet de Samson.

1 Promenade du Camping - 09400 MERCUS  
[info@campingdulacmercus.com](mailto:info@campingdulacmercus.com)  
 Tél. 05.61.05.90.61 ou 06.86.27.59.86  
[www.campingdulacmercus.com](http://www.campingdulacmercus.com)  
 Facebook : olivier Delhay Camping du lac Mercus



Pour avoir une vision globale de toutes les offres touristiques des vallées d'Ax. Trois autres points d'information sont assurés en haute saison à Ax 3 domaines, Pays de Beille et Luzenac. Pour Ax 3 domaines, en haute saison d'été et d'hiver, le point d'accueil se situe sur le domaine de Bonascre. En hiver, de l'ouverture à la fermeture de la station, le point d'accueil ouvre également les week-end hors vacances scolaires.

### ■ OT DES VALLÉES D'AX – POINT INFO DE BONASCRE

#### Avenue des Lagopèdes Plateau de Bonascre

*Basse saison : ouvert le week-end de 9h30 à 12h45 et de 14h à 17h30. Haute saison : tous les jours de 9h30 à 13h et de 14h à 18h30. Vacances scolaires : ouvert tous les jours sauf le 25 décembre, le 1<sup>er</sup> janvier et les vacances de Toussaint. Ouvert le dimanche.*

L'endroit idéal pour s'informer des conditions météo, des possibilités d'hébergements, d'activités et de l'agenda des animations sur la station et dans la région.

### ■ OT DES VALLÉES D'AX – POINT INFO DES CABANNES

#### Place des Platanes

*Basse saison : ouvert le week-end de 9h à 12h30 et de 15h à 18h30. Haute saison : tous les jours de 9h à 12h30 et de 15h30 à 18h45. Vacances de Noël, hiver et Pâques : tous les jours de 9h à 12h. Ouvert pour les ponts de mai et juin. Ouvert dernier week-end de juin.*

Pour avoir une vision globale de toutes les offres touristiques des vallées d'Ax. Trois autres points d'information sont assurés en haute saison à Ax 3 domaines, Pays de Beille et Luzenac. On peut s'y informer des conditions météo, des possibilités d'hébergement, d'activités et de l'agenda des animations.

### ■ POINT INFO DE LUZENAC

#### 6, place de la Mairie

*Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h. Haute saison : le samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h.*

Pour avoir une vision globale de toutes les offres touristiques des vallées d'Ax. Trois autres points d'information sont assurés en haute saison à Ax 3 domaines, Pays de Beille et Luzenac. On peut s'y informer des conditions météo, des possibilités d'hébergement, d'activités et de l'agenda des animations.

## Le couvert

### ■ L'APARTÉ

5, rue Gaspard-Astié

④ 09 83 48 60 40 / 06 03 97 55 05

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

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

*Ouvert toute l'année. Basse saison : du jeudi au lundi le midi de 11h30 à 14h et le soir de 19h à 21h30. Haute saison : du jeudi au mardi le midi de 11h30 à 14h et le soir de 19h à 21h30. Menu unique à 14 €.*

Ce tout nouveau restaurant situé dans une petite rue axéenne vaut le détour. Le décor est coquet et cosy, la décoration, dans un style très théâtral, réussie. Pour la

petite histoire, rappelons que c'est avant tout au théâtre que l'apparté est utilisé par un comédien pour s'adresser au public à l'insu des autres personnages de la pièce. Valérie, la « metteur en sauce », est la charmante hôtesse qui œuvre aux fourneaux dans un souci de saveurs et de qualité. Rien d'étonnant quand on sait que les produits qu'elle choisit sont de saison, locaux dans la mesure du possible, et que tout est fait maison... même les yaourts. On se régalerà d'un succulent bœuf aux épices, d'une tarte végétarienne ou d'un original sot-l'y-laisse de dinde. L'amour et la passion pour l'art, et pas uniquement celui des papilles ou du cochon, sont omniprésents. Différentes expositions ornent régulièrement les murs et, certains soirs, il est possible de dîner accompagné par les notes d'un violoniste. Tous les sens sont honorés. Doit-on sentir une influence directe ou indirecte de l'époux de la maîtresse des lieux, qui est directeur de théâtre ? « *Le monde est un théâtre où chacun doit jouer son rôle* » a écrit Shakespeare. Ici, les rôles de l'équipe sont bien attribués pour le plaisir du gourmet-gourmand qui souhaite un apparté.

### ■ L'ATELIER

#### Le Roc Blanc

#### Bonascre

④ 05 61 01 97 09

*Ouvert pendant la saison de ski. Ouvert tous les jours et les jours fériés. Menu enfant : 7,90 €. Formule du midi : 13,90 € (plat du jour 10,90 €). Burger de l'Atelier aux cèpes : 16,90 €. Entrecôte sauce aux cèpes ou roquefort : 17,90 €. Flammenküches de 9,50 € à 13 €. Terrasse.*

Bâtiment tout en bois sur le plateau de Bonascre. Le nom d'atelier est bien choisi car il évoque un atelier de peinture, l'atelier de réparation de ski voisin, atelier de cuisine... Ici on ne retiendra que la peinture et la cuisine, deux nobles arts. La peinture est exposée au mur et la cuisine de Julien, dans votre assiette, est faite de qualité et de saveurs qu'on ne s'attend pas à trouver dans une station de ski, habitués que nous sommes aux snacks et pizzas. Ici la cuisine est créative et conviviale. Vous dégusterez des spécialités de flammeküche alsaciennes (tarte flambées) d'une belle taille. À découvrir : les surprenants burgers au fromage d'Ariège ou à la sauce aux cèpes, 100 % naturels sur base d'un pain bassiné avec de l'huile d'olive en fin de pétrissage pour lui conférer un moelleux et un goût uniques, réalisé par l'équipe de la boulangerie du Fournil de la Forge (meilleur ouvrier de France). Pour rester dans l'esprit montagne, les spécialités fomagères, raclette au morbier et patates à volonté, mont-d'or ou camembert cuits au four... La décoration est sobre (murs rouge et bois, une grande table centrale) et l'accueil est particulièrement sympa et chaleureux. Ne changez rien !

### ■ CASA MAURICIO

#### 3, avenue Delcassé

④ 05 61 02 91 27

*Basse saison : ouvert du mercredi au dimanche (dernier service à 23h). Haute saison : du lundi au jeudi (dernier service à 22h30) ; le vendredi et le samedi jusqu'à 2h (dernier service à 23h) ; le dimanche (dernier service à 23h). Menus de 11,90 € à 26,90 €. Menu enfant : 6,90 €. Formule du midi : 10,90 € (entrée + plat ou plat + dessert). Menu complet 13,90 €. Plat du jour 8,90 €. Accueil des groupes (2 salles 45 personnes).*

Cet établissement, cette bodega devrait-on écrire, est tenue depuis des années par Véronique et Éric (dont le grand-père s'appelle Maurice), tous deux d'origine espagnole. C'est la médaille d'or pour les tapas et les spécialités espagnoles en Ariège ! C'est un lieu vraiment sympathique où l'on mange toujours très bien. Une vingtaine de tapas parmi lesquelles : les moules à la vinaigrette, les farcis au fromage de chèvre, les gambas à l'ail... Les brochettes sont délicieuses dont la fameuse pique à Maurice avec agneau et magret de canard. Il faudrait aussi citer la paella, la zarzuela, le cassoulet d'oie, le confit de canard, la seiche grillée à la plancha, les salades XXL, la daurade catalane... On peut boire (évidemment !) du vin d'Espagne tel le rioja, se délecter de l'ambiance musicale ibérique et apprécier le sourire et la gentillesse de Véronique. Et *Viva España !*

### ■ LE COULOURBRET

#### Place Couloubret

④ 05 61 03 86 40

Ouvert toute l'année. Du dimanche au mardi de 9h à 18h ; du mercredi au samedi de 9h à 1h. Menu enfant : 6,50 €. Plat du jour : 8,50 € (entrée + plat ou plat + dessert : 10 € ; formule complète : 12 €). Moules frites 12 €. Terrasse.

Nouveau propriétaire. C'est une brasserie, restaurant, pizzeria et glacier qui dispose d'une très agréable terrasse surélevée. Au choix vous vous régalez de différentes pizzas à base de tomate ou de crème fraîche. Salades composées, tartiflettes classique, au poulet ou royale (avec sa charcuterie)... Pour les amateurs, brochettes, magret de canard, andouillette grillée... Si vous êtes joueur, sachez que vous êtes à quelques mètres du casino !

### ■ COUTEAUX FOURCHETTES

#### 7, rue de l'Horloge

④ 06 78 93 58 98 / 06 44 17 64 72

[couteauxfourchettes.ax@gmail.com](mailto:couteauxfourchettes.ax@gmail.com)

Fermé du 15 octobre au 15 novembre. Ouvert du mardi au dimanche ; du mardi au vendredi et le dimanche le midi de 12h à 14h et le soir de 19h à 21h. Menus de 20 € à 40 €. Menu enfant : 12 €. Formule du midi : 16 €. Vin au verre. Chèque Vacances, Chèque Restaurant.

Ce restaurant est situé dans la rue de l'Horloge, passante et animée. L'ambiance est agréable, le cadre, avec ses murs gris et ses chaises modernes rouges, plutôt *design*. L'endroit pourrait sembler froid mais des lambriks donnent une chaleur naturelle et plaisante. Les menus annoncent la couleur. Nous allons vers un mélange de cultures culinaires, de découvertes et de voyages. Des sushis au magret et foie gras, du jambon serrano, du saumon fumé, une pause glacée saveur sangria, des sauces aigres-douces... Original et délicieux !

### ■ LE CHALET

#### 4, avenue de Turrel

④ 05 61 64 24 31

[www.le-chalet.fr](http://www.le-chalet.fr)

[contact@le-chalet.fr](mailto:contact@le-chalet.fr)

Ouvert du mardi au samedi le soir de 19h30 à 21h15 ; du mercredi au samedi le midi de 12h15 à 13h30. Menus de 30 € à 60 €. Menu enfant : 12 €. Menu BIB 32 €. Chèque Restaurant. Terrasse.

L'établissement remarquablement situé au bord de l'Oriège, est à deux pas du centre-ville, tout près du Teich, le principal centre thermal d'Ax les Thermes. Magali et Frédéric Debeves sont les heureux propriétaires du Chalet. Soucieux de la qualité et de la provenance de leurs produits, ils revendent comme spécialités le velouté de lingots ariégeois et le foie gras poêlé ou l'assiette tout chocolat. Au menu, l'Azinat en terrine et foie gras, crème de raifort puis agneau confit, tube de pomme de terre et beurre de châtaigne et enfin, l'ananas melba et le sorbet piña colada. Du prélude gourmand à la symphonie de desserts c'est un vrai régal, d'ailleurs le Bib Gourmand reçu est mérité. La célèbre émission de TF1, masterchef, a diffusé des recettes concoctées par Frédéric. Le chalet c'est aussi une belle adresse pour y séjourner et profiter de l'espace détente en bains bouillonnants et des nombreux soins du corps proposer pour votre plus grand bien être.

### ■ CROQ SOLEIL

#### Plateau de Bonascre

④ 05 61 05 26 44

Ouvert tous les jours le midi et le soir. Menu enfant : 9,50 €. Raclette 25 € par personne. Pizzas de 11,90 € à 13,90 €. Terrasse.

Autre restaurant du Plateau, également avec une belle terrasse. Salades variées, copieuses, pizzas, des fish and chips et des burgers, dont un au fromage de Bethmale. Pour les plus gourmets et gourmands, le chef propose son foie gras maison ce qui est rare en station de ski, et des plateau de fromages ou de charcuteries issus de producteurs locaux. La mousse au chocolat est faite maison également. Pour le soir (et midi, si on en est capable), une copieuse raclette réchauffera les montagnards.

### ■ LE GRAND CAFÉ

#### 1, avenue Théophile-Delcassé

④ 05 61 64 67 16

Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi. Menus de 16 € à 32 €. Menu enfant : 7,50 €. Formule du midi : 9,90 € (entrée + plat. Plat du jour 8 €. Menu complet 12,90 €). Vin au verre. Accueil des groupes. Terrasse. Vente à emporter.

Vous ne pouvez pas le manquer, il se situe en ville, dans l'avenue qui reprend la route d'Andorre juste en face du centre thermoludique du Couloubret. Un vrai café 1900, surprenant par son modernisme et son contraste faits avec goût et originalité, devenu un véritable restaurant au fil des ans sous la direction de Nelson et une équipe de 7 personnes. Une jolie terrasse surplombe la rivière. A l'intérieur, les lustres du début du XX<sup>e</sup> siècle nous rappellent l'ancienneté de cet établissement, mais les ampoules économiques nous ramènent à la réalité d'aujourd'hui. Des fresques modernes remplacent les décorations d'antan, tentures et drapés au plafond. On y trouve l'hiver des spécialités de montagne : tartiflettes, camemberts rôtis ou plat du jour du marché. L'été, pizzas et grandes salades. Pour les affamés, le hamburger XXL est vraiment... XXL ! La carte est très complète (menu thermoludisme avec le Couloubret juste en face) ainsi qu'une carte des vins variée, français et étrangers, proposés au verre. Glacier l'après-midi, avec une vingtaine de coupes au choix et pâtisseries. Le soir venu l'établissement se transforme en bar avec concert une fois par mois.

## ■ HÔTEL-RESTAURANT LE BREILH

**Place du Breilh**

05 61 64 24 29

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

[hotel.le.breilh@wanadoo.fr](mailto:hotel.le.breilh@wanadoo.fr)

*Basse saison : ouvert du mercredi au lundi de 12h à 14h et le soir de 19h à 21h. Haute saison : tous les jours de 12h à 14h et le soir de 19h à 21h. Menu unique à 25 €. Menu enfant : 8,60 €. Plat du jour : 9,50 € (menu du jour 13,50 €). American Express, Diners Club, Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Terrasse.*

Situé au centre d'Ax-les-Thermes, à proximité du bassin des Ladres, l'établissement d'Anne et Francis dispose d'une terrasse immense et ensoleillée. Le restaurant propose une cuisine traditionnelle et montagnarde telles les tartiflettes, la raclette et un vaste choix de viandes. L'originalité de la carte vient de la variété impressionnante de plats disponibles à base de poissons frais. À découvrir : les brochettes suspendues. La présentation des assiettes est soignée et les plats copieux. Tout est élaboré avec soins et bon goût. Amusant le menu enfant, rebaptisé culottes courtes. En été on peut se désaltérer avec de jus de fruits naturels pressés. Une petite faim dans la journée ? Un adresse à Ax bien placée et une carte variée pour tous les goûts.

Côté hotel 23 chambres tout confort.

## ■ HÔTEL-RESTAURANT L'AUZERAIE

**1, avenue Théophile-Delcassé**

05 61 64 20 70 / 05 61 64 38 50

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

[auzeraie@auzeraie.com](mailto:auzeraie@auzeraie.com)

*Logis (2 cocottes). Menus de 15 € à 29 €. Menu enfant : 8 €. Chambres de 49 € à 112 €. Petit déjeuner : 8 €. Wifi gratuit. Canal+. Chèques non acceptés. Terrasse.*

Etape de charme en terre de gastronomie, l'Auzeraie fait vivre les belles traditions d'accueil du Sud-Ouest au cœur des Pyrénées sauvages. En face des bains du Couloubret, sur les rives de la Lauze, courtoisie, calme et confort d'un hôtel de 31 chambres, Canal+ et satellite, wifi, ascenseur, salle de séminaires, petit déjeuner buffet, local à skis et à vélos pour les plus sportifs. Sur la terrasse ou dans son ambiance raffinée, le restaurant offre un savoureux panorama de la cuisine régionale : Pressé de foie gras de canard maison, filet de truite saumonée au beurre safrané, cassolette de ris d'agneau aux cèpes et la gratinée ariégeoise, récompensée par une Georgette d'or et un délicieux magret accompagné de sa sauce aux figues ! Aux portes de l'Andorre, Ax station thermale été/hiver : casino, sources chaudes, sports d'hiver (ski alpin, ski de fond), tennis, piscine, lacs et pics ariégeois, grottes préhistoriques, route des châteaux cathares... Nouveauté cette année, la terrasse qui a été transformée en une belle véranda très lumineuse et l'hôtel qui a été rénové.

## ■ LOU CANTOU

**Plateau de Bonascre**

*Plat du jour : 10,50 €. Croque monsieur 6,00 €. Mac Cantou burger et ses frites 11,90 €. Tartiflette 11,90 €. Bel endroit pour faire une pause sur le plateau de Bonascre entre deux descentes. Grande terrasse ensoleillée où il fait bon de ne rien faire en buvant un drink. On peut bien entendu y manger avec une cuisine simple et bonne. Ne*

vous laissez pas impressionner par le monde sur la terrasse, le service est rapide et très efficace. La salle de restaurant est plus cosy pour des dîners relax. En nocturne, sous le restaurant, dans l'ancienne boîte de nuit, un nouveau bar avec dégustation de tapas. Ambiance festive et amicale.

## ■ LE LOUZAT

**Dans la montagne, sur les pistes**

**Bonascre**

06 74 24 38 20

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

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

*OUVERT pendant la saison de ski. Ouvert tous les jours de 10h à 11h30 et de 11h30 à 17h. Petits déjeuners pour la première partie de la matinée. Carte : 30 € environ. Menu enfant : 10 €. Plat du jour : 12 €. Terrasse.*

C'est un joli chalet au milieu des arbres, on y vient à ski, on ne frappe pas. Ceux qui vivent là vous accueilleront et vous installeront à table, sur l'agréable terrasse ou dans la salle commune, en fonction de la météo, la terrasse est d'ailleurs en partie couverte. Les plats proposés sont originaux et leurs origines axées sur la qualité. Confit de canard de chez Samarran, saucisse de la maison Garcia et, selon l'arrivée, des huîtres ! Un vrai régal, surtout en montagne ! On ne vient pas là que pour déjeuner, c'est aussi l'occasion de profiter du lieu, éloigné du tumulte de la station. Le mardi ou le samedi, de 16h45 à 22h, sur réservation, participez à une soirée insolite ! Après le repas du soir et pour digérer, testez la descente à ski à la tombée de la nuit. L'idée est originale et la sensation de skier de nuit sur des pistes désertiques est unique : un goût d'aventure presque surnaturel.

## ■ LA PETITE FRINGALE

**6, rue Joseph-Rigal**

05 61 01 36 40 / 06 87 74 03 21

[sdormois@aol.com](mailto:sdormois@aol.com)

*Fermé du 1<sup>er</sup> au 31 octobre. Ouvert tous les jours le midi et le soir. Menus de 16 € à 35 €. Menu enfant : 10 €. Plat du jour : 12 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes (100 couverts, 2 salles à l'étage). Terrasse.*

Cette année l'établissement fête ses 15 ans. Nous avons été attirés par cette grande et belle terrasse, dans le centre d'Ax-les-Thermes, et par la phrase : « Ici les enfants mangeront de la VRAIE viande ». Nous ne sommes plus des narcoleptiques depuis longtemps, mais nous aimons la vraie viande. Le restaurant est situé de l'autre côté de la rue. La salle, à la décoration chargée (ethnique ? Inde ? un peu de tout...), est très sympa. Les patrons sont au service, ça se voit, et ça s'entend par les petits mots d'amoureux qui filtrent de temps en temps. L'accueil est bien présent, décontracté, et le service est actif et rapide. Renard a testé le menu du jour, charcuterie et pièce du boucher, et n'a vraiment pas été déçu. Le rapport qualité/prix est excellent. La viande est effectivement vraie, copieuse, goûteuse et de qualité (un faux-filet) et les frites sont faites avec... de vraies pommes de terre ! Le restaurant propose également des fondues, raclettes et autres spécialités montagnardes, mais également des spécialités ariégeoises comme l'Azinat, les produits étant bien sûr locaux. Une adresse sans prétention, qui mérite largement sa place dans ce guide pour une petite ou une grosse fringale.

### ■ LE P'TIT MONTAGNARD

**6, place Roussel**

© 05 61 64 22 01

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

[lepit.montagnard@orange.fr](mailto:lepit.montagnard@orange.fr)

Ouvert toute l'année. Du mardi au dimanche de 12h à 14h30 et de 19h à 22h. Menus de 18,90 € à 39 €. Menu enfant : 8,50 € (menu Pitchoun). Formule du midi : 12,80 €. Chambres de 49 € à 60 €. Petit déjeuner : 7,50 €. Wifi gratuit. Possibilité de pension ou de demi-pension. Accueil des groupes. Terrasse.

Michel et Sébastien Gomes vous réservent un accueil chaleureux et convivial dans un cadre montagnard fait de bois et de pierre. Le chef concocte différentes spécialités ainsi que des plats régionaux : poêlée de foie gras aux pommes et raisins flambée, fondue savoyarde, papillotes de saumon, et bien d'autres avant de se délecter de la ronde des desserts et des pâtisseries du jour.. La cuisine traditionnelle ariégeoise n'est pas oubliée grâce à l'Azinat ou au Cassoulet. La belle déco et la terrasse pouvant accueillir une vingtaine de personnes sont les atouts supplémentaires de cet établissement, admirablement bien situé sur la place du marché, toujours très animée et cela en toutes saisons. Service sur des planches à découper et couverture des menus en bois. Le P'tit Montagnard peut aussi se déplacer sur toute la haute Ariège en sa qualité de traiteur, n'hésitez donc pas. L'hôtel rénové invite à un séjour confortable et reposant.

### ■ LES QUATRE SAISONS

**Place Breilh**

© 05 61 03 53 26

Ouvert de 12h à 14h30 et de 19h à 21h30. Menus de 14 € à 18 €. Menu enfant : 9,50 € (- de 10 ans). Formule du midi : 12 € (plat du jour + dessert). Plat du jour 9,50 €. Chèque Vacances. Terrasse.

Voilà une adresse où l'on déjeune avec plaisir, au soleil, sur la terrasse. La carte vous propose des salades et ses spécialités de montagne de type fondue, raclette, en saison et tartiflette... On notera les salades particulièrement copieuses ou les omelettes savoureuses. Le poisson frais n'est pas oublié avec des truites ou du saumon frais. L'accueil est très agréable, le service efficace et le

rapport qualité/prix des menus fait que ce restaurant, bien situé au cœur d'Ax, a sa place dans notre guide.

### ■ LE TETRAS

**Station Ax 3 Domaines**

**Domaine du Saquet**

© 05 61 64 28 33

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

Ouvert toute la saison de ski. Ouvert tous les jours et les jours fériés le midi de 9h à 17h. Menu enfant : 7,20 €. Plat du jour : 9,80 €. Poulet frites : 9,80 €. Entrecôte : 15 €. Terrasse. Vente à emporter.

Qui ne connaît pas le Tetras n'a jamais skié à Bonascre. Ce restaurant d'altitude, situé précisément au Saquet, est une véritable institution montagnarde. Dominique a su faire de cette affaire familiale une halte incontournable entre deux descentes ou une destination grâce aux télécabines qui relient la station au Saquet et ainsi profiter d'une terrasse à plus de 2 000 mètres. Le bâtiment est niché au bord de la montagne et propose un panorama grandiose. Quelques arbres accueillent peut-être un gai rossignol ou un merle moqueur. Par beau temps, l'immense terrasse en bois, exposée plein sud, invite aux bains de soleil et la grande salle est un refuge bien accueillant quand la météo se dégrade bien que l'on puisse rester abrité sous la couverture amovible de la terrasse. Une grande véranda pour profiter du moindre rayon de lumière et de chaleur. On y mange bien, les produits sont toujours de qualité et l'on peut y faire une pause pour une simple boisson aussi. On s'y sent toujours le bienvenu.

### ■ LA TABLE DU SUD-OUEST

**8, rue Joseph-Rigal © 06 51 93 29 31**

[latabledusudouest@laposte.net](mailto:latabledusudouest@laposte.net)

Ouvert du mardi au dimanche. Réservation impérative. Menu unique à 14,50 € (midi et soir). Plat du jour : 13 €. Vente à emporter.

Une adresse sympa dans la rue piétonne d'Ax qui sent bon l'ail et le piment d'Espelette. Christophe et Martine sont aux commandes de ce restaurant pour une cuisine résolument Sud-Ouest. Le chef nous vient du Lot et a fait ses armes dans des établissements bordelais, d'où l'influence un peu basque que l'on ressent dans les plats



Au bord de l'Ariège, Ax-les-Thermes.

proposés. Tapas à l'apéro, raclette basque, chipirons à la plancha (calmars), garbure, piquillos, gardiane de taureau régaleront votre palais de parfums originaux et différents de ce que l'on trouve habituellement dans le secteur. Les frites sont fraîches et les desserts faits maison. La petite salle décorée en rouge et blanc, rouge basque, arbore des grappes de gousses d'ail et de piments. L'accueil est sympa et souriant. Pensez à réserver !

#### ■ LA TRATTORIA

**5, avenue Théophile-Delcassé**  
**① 05 61 64 26 40**  
[www.restaurantlatrattoria.com](http://www.restaurantlatrattoria.com)  
[lolecar@hotmail.fr](mailto:lolecar@hotmail.fr)

Ouvert du jeudi au lundi le soir de 18h45 à 22h ; du jeudi au mardi le midi de 11h45 à 14h. Menus de 15 € à 19,50 €. Menu enfant : 6,50 €. Formule du midi : 9,50 € (menu du jour 10,50 €). Salades de 3 € à 13,80 €. Pizzas de 8,40 € à 11,80 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Terrasse. Climatisation, Chiens acceptés.

Au pied des montagnes, une trattoria, c'est évident quand il s'agit d'être installé en face de thermes romains. En effet, ce restaurant spécialisé dans la cuisine italienne se situe sur l'avenue principale de la jolie petite ville d'Ax-les-Thermes, face au centre thermo-ludique du Couloubret. Installé depuis 28 ans, avec sa terrasse sur la rue et sa charmante ambiance dans un décor ensOLEillé (*Osolé Mio*), c'est une restauration italienne, traditionnelle et de qualité que vous apprécierez. Simple, accueillant et chaleureux : vous y trouverez un bon choix de plats traditionnels et de pâtes fraîches, et surtout de pizzas. Cuites au feu de bois, elles réveillent nos papilles ; belles et originales, vous hésitez entre la Cucciole et la Créo, à moins que vous ne vous laissiez tenter par la Tripou ou l'Ariégeoise : toutes chantent leur particularité et enchantent le passant qui désire et se promet d'y revenir.

## Le gîte

#### ■ LE CHALET\*\*\*

**4, avenue de Turrel**  
**① 05 61 64 24 31**  
[www.le-chalet.fr](http://www.le-chalet.fr)  
[contact@le-chalet.fr](mailto:contact@le-chalet.fr)

19 chambres. Chambre double de 60 € à 85 € ; chambre triple de 95 € à 110 €. Petit déjeuner : 9 €. Poste Internet. Restauration. Bain bouillonnant.

L'établissement remarquablement situé au bord de l'Orège, est à deux pas du centre-ville, tout près du Teich, le principal centre thermal d'Ax-les-Thermes. Magali et Frédéric Debeves sont les heureux propriétaires du Chalet. Les séjours tout compris (hors week-ends et hors vacances scolaires) sont des packages « Nuit Romance », « Nuit Gourmande », « Nuit Gourmandine » qui associent le séjour au Chalet, au champagne, à de moments privés dans le bain bouillonnant, à des fleurs et à un délicieux dîner. On vous prend en main, on vous chouchoute !

#### ■ LE CASTELET

**Perles et Castelet**  
**4, roc de la Gabide** **① 05 61 64 24 52**  
[www.axhotelcastelet.com](http://www.axhotelcastelet.com)  
[hotel.le.castelet@wanadoo.fr](mailto:hotel.le.castelet@wanadoo.fr)

Fermé du 16 octobre au 30 juin. Le restaurant n'est ouvert que le soir de juin à septembre. Chambre double de 56 € à 57 €. Petit déjeuner : 7 €. Chèque Vacances. Restauration. Dans une oasis de paix et de verdure, paisible et naturel, l'hôtel offre une vue sur la montagne et propose un savoureux petit déjeuner ainsi qu'un hébergement confortable à proximité d'Ax-les-Thermes et d'Andorre. Le personnel amical et discret du Castelet vous réserve un accueil chaleureux et vous aidera à profiter au maximum de votre séjour dans cette région calme et relaxante. Les chambres agréables disposent d'une salle de bains privative. Certaines possèdent un petit balcon ou une grande terrasse bien exposée. Après avoir passé la journée à visiter la région, vous pourrez profiter d'un apéritif au bar.

#### ■ LE CLOS SAINT LOUIS

**2, rue Marcaillou** **① 06 09 7 4 91**  
[www.le-clos-saint-louis.fr](http://www.le-clos-saint-louis.fr)

Ouvert toute l'année. Pour 8 personnes (60 m<sup>2</sup>). Sur demande sur le site internet. Wifi gratuit. Restauration (avec restaurants partenaires). Lave-vaisselle. Un bel immeuble clair, situé à 200 mètres des télé-cabines, abrite désormais une nouvelle résidence de standing, à dimensions humaines, sur trois étages, où chaque appartement a un nom de piste (bleue, verte, rouge et noire). La déco a été pensée par le maître des lieux, Philippe, qui a travaillé dans l'aménagement de la maison à l'étranger. Tout n'est que raffinement, design, bon goût très « arts de la table ». Même les matériaux choisis l'ont été avec le souci du détail. Par exemple, les peintures sont anti-allergiques et les lumières LED, écologiques. Bref, du haut de gamme à petit prix. C'est la deuxième bonne surprise ! Un rapport qualité-prix exceptionnel pour des prestations qui flirtent bien avec un 3 ou 4 étoiles. Tout est organisé pour que vous ayez le moins de choses à faire, voire ne rien faire du tout si vous le souhaitez. Le linge de maison et les affaires de toilette sont fournis, ainsi que les produits d'entretien. Vous disposerez du wifi, d'un local à skis qui réchauffera vos chaussures, d'une cafétéria « What else ? », et de bien d'autres choses encore. Ça, ce sont des vacances !

#### ■ LA GRANDE CORDEÉ

**31, avenue du Docteur-Gomma**  
**① 05 61 65 77 00**  
[www.grande-cordee.com](http://www.grande-cordee.com)  
[info@grande-cordee.com](mailto:info@grande-cordee.com)

Chambre double de 52 € à 62 €. Petit déjeuner buffet : 8,50 €. Lit supplémentaire : 12 €. Parking inclus. Dîner en demi pension : 26 € adulte, 13 €/enfant (2 à 6 ans), 19,50 € (7 à 12 ans). Chèque Vacances. Animaux acceptés (5 € par jour). Wifi gratuit. Restauration. Ce n'est pas un hôtel, ce n'est pas un gîte, ni une maison d'hôtes. Mais alors, qu'est-ce ? Un gîte-hôtel, dans l'esprit d'une maison d'hôtes ! Un hébergement de capacité moyenne, destiné à l'accueil d'une clientèle de séjour (groupes, familles et individuels), dans un cadre chaleureux. Les chambres sont simples et confortables. Elles disposent toutes d'une petite salle de bains privative avec douche et WC. Elles sont adaptées aux demandes particulières des familles ou des randonneurs. La restauration est de qualité et vous vous régalez d'authentiques repas pyrénéens élaborés à partir de produits frais.

### HÔTEL-RESTAURANT L'AUZERAIE

**1, avenue Théophile-Delcassé**

**05 61 64 20 70 / 05 61 64 38 50**

**www.auzeraie.com**

**auzeraie@auzeraie.com**



*Logis (2 cheminées). 31 chambres. Chambre double de 49 € à 74 € ; chambre triple de 74 € à 112 €. Étape VRP : 62 € à 68 €. Petit déjeuner : 8 €. Logis 2 cocottes. Animaux acceptés. Restauration. Wifi offert. Canal +.*

En face des thermes du Couloubret, au centre de la petite ville d' Ax-les-Thermes, cet hôtel-restaurant a puisé son nom dans le torrent de la Lauze qui longe les bâtiments. La nouvelle génération a donné un coup de jeune à l'établissement en effectuant quelques travaux de rénovation. Les curistes profiteront de la grande pergola lumineuse, et mettront un « terme » à leur régime devant l'appétissant buffet de pâtisseries maison. Et la superbe carte des vins reste très accessible. L'hôtelier réserve un accueil courtois dans les trente et une chambres insonorisées avec douche ou baignoire, WC, TV par satellite et Canal+, et wifi gratuit. Des salles de séminaire étoffent l'espace d'accueil et d'animations. Les animaux y sont acceptés, ce qui est un plus fort appréciable.

### HÔTEL-RESTAURANT LE BREILH

**Place du Breilh**

**05 61 64 24 29**

**www.hotellebreilh.fr**

**hotel.le.breilh@wanadoo.fr**

*Fermé du 11 novembre au 19 décembre. Accueil jusqu'à 23. 19 chambres. Studios, appartements en location. American Express, Diners Club, Chèque Vacances. Animaux acceptés. Wifi gratuit. Restauration. Tv satellite.*

Le Breilh est l'un des tout premiers hôtels d'Ax-les-Thermes. Les grands-parents d'Anne Gareta l'ont fait construire voici plus d'un siècle, en 1904. Ses parents ont repris la succession et à son tour, la dernière fille de la lignée tient maintenant cet établissement depuis plus de quinze ans. Presque à chaque génération, l'hôtel s'est agrandi de plusieurs étages. Les deux niveaux initiaux supportent maintenant quatre autres étages. Les vingt-cinq chambres sont toutes différentes. L'hôtel est également classé soirée-étape pour les VRP. Une originalité d'importance est à signaler : les clients en pension ou demi-pension, midi ou soir, peuvent prendre leurs repas au restaurant juste en dessous.

### HÔTEL-RESTAURANT LE GRILLON

**5, rue Saint-Udaut**

**05 61 64 31 64**

**www.hotel-le-grillon.com**

**info@hotel-le-grillon.com**

*Fermeture annuelle 15 jours pour la Toussaint, et 3 semaines fin avril et début mai. 12 chambres. Basse saison : chambre simple à partir de 51 € ; chambre double à partir de 54 € ; chambre triple à partir de 62 €. Haute saison : chambre simple à partir de 54 € ; chambre double à partir de 57 € ; chambre triple à partir de 65 €. Demi-pension : 68 € (par personne en haute saison, base chambre double). Petit déjeuner : 8,50 €. Garage : 10 €. Forfaits curistes (21 jours et 20 nuits) 1292 € pour*

*1 personne. 1900 € pour 2 personnes. Animaux acceptés (5 €). Wifi gratuit. Restauration.*

Ce joli chalet de style basque construit en 1935 est dirigé par Sylviane et Robert Feuvrier. L'hôte séjourne dans une ambiance familiale, douillette, près de la nature. Au restaurant, vous pourrez notamment déguster un pavé de sandre rôti aux lingots ariégeois, un suprême de pintade vapeur et verveine et terminer, par exemple, par l'ile flottante, ou des tartes, le tout fait maison. Les menus et la carte changent souvent, en fonction du marché et de l'inspiration du chef. La déco, toute récente, est dans les tons du jaune et du vert. A noter qu'un petit chalet vient d'être construit à l'extérieur afin de pouvoir entreposer tout le matériel de ski. Délicate attention en ce établissement situé au Pays d'Ax Trois Domaines. Si le ski ne vous tente pas, vous avez encore le choix entre randonnées, visites, escalades, VTT ou... thermalisme. En été, le grillon chante !

### PIERRE ET VACANCES – LES 3 DOMAINES

**Camp de Granou**

**05 34 09 23 00**

**www.pierreetvacances.com**

**relation.client@groupepvcp.com**



*OUvert toute l'année. Studio / appartement de 243 € à 596 € la semaine. Garde d'enfants. Animaux acceptés. Connexion Internet. Wifi. Restauration.*

Aux portes de l'Andorre, installé dans la cité thermale, au cœur de la ville et à quelques mètres de la télécabine menant au domaine skiable Ax Trois Domaines, Pierre et Vacances dispose de deux bâtiments de quatre et six étages, composés de studios ou d'appartements pouvant accueillir 2 à 6 personnes. Construits avec les matériaux traditionnels de la région, avec ascenseur, un salon commun et un casier à skis par appartement. L'hiver, vous serez idéalement situé pour le ski et l'été, soit curiste, soit touriste. La résidence dispose d'une piscine découverte chauffée. A proximité de deux établissements thermaux et de la halte-garderie « Croque-Soleil » et du Centre de Loisirs qui accueilleront vos enfants. Vous découvrirez les richesses naturelles, architecturales et préhistoriques de l'Ariège. Parking découvert, gratuit, à 50 m de la résidence.

### RÉSIDENCE LE GRAND TETRAS\*\*\*

**Promenade Paul-Salette**

**05 61 65 86 00**

**www.residence-ax.com**



*Accueil 24h/24. Basse saison : studio / appartement de 75 € à 92 € la nuit, de 385 € à 487 € la semaine. Haute saison : studio / appartement de 89 € à 112 € la nuit, de 527 € à 661 € la semaine. Petit déjeuner : 11 €. Chèque Vacances. Animaux acceptés (de petites tailles 15 €). Wifi. Service de ménage. Hammam, bain bouillonnant, sauna.*

Cette résidence hôtelière thermale et de tourisme 3 étoiles propose tout au long de l'année 53 logements avec 33 studios de 24 m<sup>2</sup> et 20 studios de 38 m<sup>2</sup> d'un excellent confort à la location, aux premières loges du casino et du centre thermoludique et à deux pas des télécabines qui relient la petite ville thermale à la magnifique station de

ski d'Ax 3 Domaines. Salon spacieux équipé de télévision, belle cuisine et salle de bains rendront votre séjour des plus agréables et en plus les petits déjeuners peuvent vous être servis.. La réception est ouverte 24h/24. Les thermes intégrés et un espace Forme permettent d'accueillir une clientèle soucieuse de son bien-être. De leur appartement, les résidents peuvent d'ailleurs accéder directement en peignoir par l'ascenseur au centre de remise en forme. Sauna, hammam, piscine, bain bouillonnant complètent la prestation haut de gamme. L'établissement propose des forfaits « Tonic Détente » et une semaine thermale « Bien-être et Santé » ainsi qu'une étape aquaforme.

### ■ VILLAGE DE VACANCES LE TARBESOU

**Bonascre**

① 05 61 64 88 54

[www.marc-montmija.com](http://www.marc-montmija.com)

[contact@marc-montmija.com](mailto:contact@marc-montmija.com)

Ouvert toute l'année. 16 logements (plus 74 chambres de 2 à 4 lits). F3 de 325 € à 710 € la semaine. Tarif à la semaine. Club enfants. Wifi gratuit. Restauration. Vente. Animations.

Le village de vacances Le Tarbesou, entièrement rénové et labellisé 4 étoiles, est situé à 1 400 mètres d'altitude dans la plus belle station d'Ariège. Une équipe professionnelle vous y attend pour des séjours de qualité en tout confort et toute sécurité. Été comme hiver, vous profiterez, depuis vos chambres ou vos gîtes, d'un panorama grandiose sur les Pyrénées. Salle de cinéma, Wifi, télévision, salle de musculation, piscine seront les bienvenus après une journée de raquettes, de ski ou de randonnée. Grâce à des animateurs diplômés et des prestations diverses comme le restaurant avec terrasse, la prise en charge des enfants selon leurs âges, vous passerez de vrais week-ends ou de vraies vacances.

## Chambres d'hôtes

### ■ LES ESCAPADES D'AURORE

**5, roc de la Gadibe**

**PERLES-ET-CASTELET**

① 06 74 49 00 37

[www.les-escapades-aurore.fr](http://www.les-escapades-aurore.fr)

[kentha@sfr.fr](mailto:kentha@sfr.fr)

Ouvert toute l'année. 4 chambres. Chambre double 85 € ; chambre triple à partir de 100 €. Lit supplémentaire : 15 €. Restauration (table d'hôte 30 € ; enfant de 4 à 12 ans, 12 € gratuits pour moins de 4 ans).

Au cœur des Pyrénées ariégeoises, à proximité de la station thermale d'Ax-les-Thermes (5 km) et des différents domaines skiables de la vallée (Ax 3 Domaines, Ascou-Pailhères, Chioula, Beille), vous serez accueilli chaleureusement dans un cadre convivial. L'établissement est une maison de style basque qui dispose de 4 chambres spacieuses et aménagées avec soin. Dans un style hôtel particulier, au cœur de la nature, la décoration est bien travaillée, et pour cause : Aurore est décoratrice de formation ! Un mélange de bois et de contemporain classieux et le moindre détail, magasines, fleurs fraîches du jardin, une ambiance, une atmosphère délicate et apaisante... Un salon extérieur pour flâner à l'ombre invite à la détente... Un joli écrin, que le Petit Futé a

adoré, une belle escapade ! Les soirées en table d'hôtes se déroulent dans une ambiance détendue, vous goûterez une cuisine familiale à base de produits frais et de saison, provenant d'une production locale essentiellement biologique (sur réservation le week-end). La propriétaire des lieux vous fera partager sa passion des Pyrénées et vous invitera à découvrir la richesse de son patrimoine et de sa gastronomie.

### ■ LES CASCATELLES

**Route de l'Aude**

① 05 61 64 22 79

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

[ydp09@orange.fr](mailto:ydp09@orange.fr)



Ouvert toute l'année. 5 chambres. Chambre double à partir de 70 € ; chambre triple à partir de 85 €. Petit déjeuner inclus. Lit supplémentaire : 15 €. Lit bébé 10 €. Chèque Vacances. En saison d'été.

Ce château de charme – ancienne maison de maître du début du XX<sup>e</sup> siècle du ministre des Affaires étrangères Théophile Delcassé – se situe sur la route d'Ascou, au-dessus de la ville d'Ax-les-Thermes. Proche à la fois de la station alpine d'Ascou-Pailhères et du domaine nordique du Chioula, elle est également à 10 kilomètres d'Ax 3 Domaines. Dans un grand parc arboré, le château des Cascatelles domine la vallée d'Ax et les chambres ont une vue splendide sur les Pyrénées. Quelques chambres et appartements à louer été comme hiver, dans une demeure historique et un environnement calme.

## Campings

### ■ CAMPING LE MALAZÉOU\*\*\*\*

**RN 20**

① 05 61 64 69 14

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

[camping.malazeou@wanadoo.fr](mailto:camping.malazeou@wanadoo.fr)

Label Clef Verte. Pictos : magasin d'alimentation ; lave-linge, laverie ; piscine extérieure chauffée ; bar ; salle de remise en forme. Ouvert toute l'année. Terrain de 6 ha. Chèque Vacances. Aire pour camping-cars. Sauna. Animation.

Situé en bordure de l'Ariège et parfaitement bien ombragé, ce camping 4 étoiles avec piscine dispose de 230 emplacements et d'équipements fonctionnels, de 21 chalets et de 52 mobile homes. Il est pourvu de locaux pour handicapés et pour les bébés, dont un chauffé en hiver. L'été, de nombreuses animations sont prévues, aussi bien pour les enfants que pour les adultes. L'hiver, une navette gratuite vous emmènera, si vous êtes skieur, jusqu'aux pistes d'Ax 3 Domaines. Au camping, pendant l'été, de nombreuses manifestations sont organisées : des concerts, des soirées dansantes, des repas à thème, des spectacles, des lots. Sur place, snack et épicerie pour vous restaurer, dans le bar-restaurant La Tanière. Une salle de remise en forme vous attend avec des appareils de gymnastique et de musculation. Les chiens en laisse sont acceptés. Parmi les autres commodités : un espace laverie, une aire de vidange camping-car et, côté sanitaires, quatre bâtiments dont deux chauffés en hiver. Une excellente adresse pour les amoureux de la nature et de la vie au grand air !

# Loisirs

## ■ STATION DE SKI AX 3 DOMAINES

① 05 61 64 20 06

[www.ax-ski.com](http://www.ax-ski.com)

Ouvert tous les jours et les jours fériés de 9h à 17h.

Du plateau de Bonascre au pic du Saquet s'étend le plus grand domaine skiable de l'Ariège et le plus complet des Pyrénées, site admirable où la neige et le soleil sont mariés pour l'éternité. Les Trois Domaines réunissent les versants de Bonascre, du Saquet et des Campels qui communiquent entre eux en un seul et vaste tapis de glisse. Outre le ski alpin, il est possible de pratiquer le monoski, le surf des neiges, le ski artistique ou le ski nordique. Grâce à la qualité de ses équipements pour handicapés Ax bénéficie notamment du label Handisport. Un téléski de six places assure une remontée express sur le plateau. Cette aire de glisse fait appel à plus de technicité de la part des skieurs et des surfeurs. Accessibles par téléski, des pistes sont damées pour la vitesse. Mais les grands espaces sont ouverts à la glisse en liberté au sein d'une nature sauvage à découvrir en surf ou snowboard pour les fans de la poudreuse. Une télécabine relie la ville à la station.

## Détente, forme

### ■ LES BAINS DU COULOUBRET

Promenade Paul Salette

① 05 61 02 64 41

[www.bains-couloubret.com](http://www.bains-couloubret.com)

[bains.couloubret@eurothermes.com](mailto:bains.couloubret@eurothermes.com)

Basse saison : ouvert du lundi au vendredi de 14h à 19h30 ; le samedi de 10h à 20h30 ; le dimanche de 10h à 19h30. Haute saison : du dimanche au jeudi de 10h à 19h30 ; le vendredi et le samedi de 10h à 20h30. Ouvert le dimanche (enfants à partir de 5 ans uniquement). Entrée : 18 € (2h par adulte). Abonnement : 26 € (3 heures par adulte). Enfants 5 à 15 ans 15 €. Soin à partir de 39 €. Boutique.

Le centre thermoludique Les Bains du Couloubret, c'est 3 000 m<sup>2</sup> consacrés aux jeux d'eau et au bien-être. Colonnades d'un rouge pompéien et faïences multicolores raffinées forment le magnifique décor de ce centre, installé dans les anciens Thermes du Couloubret, au cœur du village d'Ax-les-Thermes, dont la façade néo-classique a été conservée et restaurée. Les Bains du Couloubret proposent sur deux niveaux, en toute saison, la découverte des plaisirs de l'eau sous toutes ses formes, bassins d'eau thermale chaude avec buses de

massages, cols de cygne, vapeurs sèches pour les saunas, vapeurs humides pour les hammams... A l'extérieur, deux bassins – le «Panoramique» et «l'Amphithéâtre» – sont agrémentés de divers jeux d'eau : contre-courant, geysers, jets massants pour les jambes et les hanches, cols de cygne, bouillonnements. Les futés adorent les cabines de soin très spacieuses avec bougies et fleurs, l'immense hammam, le coin salon design et toute la gamme de modelages ; sensation orient, re-énergisants aux huiles essentielles... Les soins proviennent de tous les pays : massage hawaïen, balinalis, suédois, rituels... A consommer sans modération seul, en duo ou avec un enfant. Aqua rêvez-vous ?

## Sorties

### ■ LE CASINO

Promenade Paul Salette

① 05 61 64 65 00

[contact-axlesterhermes@joa.fr](mailto:contact-axlesterhermes@joa.fr)

Ouvert toute l'année. Du lundi au mercredi de 14h à 1h ; le jeudi et le dimanche de 14h à 2h ; le vendredi et le samedi de 14h à 3h. Parking gratuit. Restaurant ouvert du mercredi soir au dimanche soir. Plat du jour 11 €. Formule à l'Ardoise : Entrée + Plat ou Plat + Dessert 20 €. Entrée + Plat + Dessert 25 €. Formule Ciné Dîner 20 € (1 place de cinéma + 1 cocktail + 1 menu du jour). Restauration.

Le Casino d'Ax est une institution incontournable depuis 6 mois, grâce à une nouvelle direction qui insuffle un véritable vent de nouveautés et de dynamisme. La grande salle de jeux a été décorée par une artiste espagnole, et de superbes fresques monumentales couvrent les murs ocre et patinés. Les 50 machines à sous bruissantes sonnent de monnaies fraîches et clinquantes. Dans une salle plus confidentielle : roulettes, boules et black-jack gardent jalousement le secret du hasard. Au-dessous de la salle de jeux, le restaurant discret en mezzanine domine la situation et permet de faire une pause. L'état des cocktails sont servis sur la terrasse et dans sa paillette, et le jeudi c'est soirée plancha avec aux commandes du restaurant un jeune chef qui privilégie les produits locaux ! Le casino diffuse même un guide des casinos de France pour les fous de jeux d'argent auxquels il prendrait l'envie de faire la tournée complète, certains mordus collectionnant les jetons. L'établissement organise aussi des animations culturelles et de loisir, du tournoi de poker à la semaine tout chocolat au printemps. Dès la haute saison, la vaste terrasse de l'établissement accueille les soirées musicales du casino le vendredi ou le samedi.



accès direct à la plage



bar



blanchisserie



climatisation



discothèque



distributeur d'argent



eau potable



équitation



espace fumeurs



établissement non-fumeurs



fitness



golf miniature



handicap malentendant



handicap malvoyant



handicap mental



handicap moteur



jardin ou parc



jeux



lave-linge / laverie



location de vélos



magasin d'alimentation



navette aéroport



pêche



piscine intérieure

## ■ RESTAURANT LES THERMES

Allées Paul-Salette

① 05 61 64 31 24

Ouvert toute l'année. Tous les jours. Crêpes de 2,20 € à 6,20 €. Menu enfant 7€. Menus de 14,50 € à 30 €. L'emplacement est idéal pour une pause ensoleillée sur la terrasse après une journée de ski, un moment de détente aux bains du Couloubret tout proches ou simplement pour répondre à l'envie de boire un verre, se régaler d'une crêpe ou d'une coupe glacée. L'établissement est également un restaurant qui vous proposera une cuisine d'hiver comme la raclette ariégeoise ou une fondue bourguignonne et des plats bien traditionnels comme les cuisses de grenouilles, la blanquette de veau ou le hachis Parmentier. Idéal pour se reposer, snacker ou se restaurer.

## Emplettes

### ■ LA BOUTIQUE DE LA FERME

Place du Breilh

① 05 61 01 54 63

② 06 88 30 72 70

[gitesetchaletsduquie@orange.fr](mailto:gitesetchaletsduquie@orange.fr)

Ouvert tous les jours de 9h30 à 12h30 et de 15h30 à 19h. Fermée lundi hors vacances.

Cette boutique propose des produits pyrénéens, ariégeois et artisanaux. C'est une échoppe aux multiples visages : épicerie fine, huiles de toutes sortes, cave à vins, charcuterie, miel, viandes, fromages, biscuits, bonbons, épices... Toutes les semaines dégustation de vins, de fromages, de charcuterie... C'est un moment très convivial où Laurent en explique la provenance et l'histoire. Plus original encore, le pique-nique ou le repas à emporter, organisé avec ces mêmes produits. Laurent qui chaque été organise randonnées et balades historiques saura aussi vous faire partager avec ses amis, éleveurs en montagne, la rencontre des troupeaux en transhumances et appréciez les denrées élaborées par leurs soins. Notons l'accueil souriant de Solange, qui travaille ici depuis le début et qui est maintenant bien connue des clients fidèles. Au pied du Plateau de Beille, dans les magnifiques vallées d'Ax, sur la route de l'Andorre, ils font de l'accueil et de la convivialité une marque de qualité.

### ■ LE PANIER ARIÉGEOIS

2, rue de l'Horloge

① 05 61 64 20 26

Ouvert de 7h à 20h.

Karine et William ouvrent tôt et ferment tard ; ils savent bien ce qu'est la notion de service et c'est ce que l'on attend d'une épicerie. Sympathie, sourire, accueil et disponibilité, les quatre qualités d'un commerce de proximité sont au rendez-vous de cet établissement. Nos jeunes épiciers proposent des fruits et légumes, des fromages et charcuterie du terroir, une délicieuse croustade maison, des vins, un rayon frais et surgelé et un grand choix de produits du terroir. Petit service, bien utile, surtout si on est en vacances dans la belle ville d'Ax, la location d'appareils à raclette et à fondue.

## Marchés

### ■ MARCHÉS

Place Roussel

Basse saison : ouvert le mardi et le samedi. Haute saison : le mardi, le jeudi et le samedi.

Agréables marchés qui se situent sur la place. Nombreux produits locaux de qualité.

## Dans les environs

### Ascou

### ■ LE BELVÉDÈRE

Belvédère

① 05 61 64 04 40 / 06 47 76 91 63

[www.chambre-dhote-ariege.com](http://www.chambre-dhote-ariege.com)

[info@chambre-dhote-ariege.com](mailto:info@chambre-dhote-ariege.com)



Gîtes de France (3 épis). Ouvert toute l'année. 5 chambres. Chambre simple de 50 € à 59 € ; chambre double de 52 € à 64 € ; chambre triple de 68 € à 80 € ; suite de 68 € à 100 €. Petit déjeuner inclus. Chèque Vacances. Wifi gratuit. Restauration (table d'hôtes : 20 € (adulte), 12 € (- de 12 ans)). Gratuit pour les moins de 5 ans).

Très bien située, à l'entrée de la commune d'Ascou, cette charmante maison à colombage offre de coquettes chambres d'hôtes, confortables, avec une jolie vue sur le Pic de Tarbezou. Elle se situe en belvédère, à la croisée des chemins des quatre stations des vallées d'Ax et plus particulièrement, près du domaine alpin d'Ascou Pailhères et du domaine nordique de Chioula. Annick et Alain accueillent leurs hôtes dans une ambiance paisible et leur table d'hôtes séduit par son caractère familial. On saluera la recherche des meilleurs produits locaux et de saison, à tendance bio.

### ■ JARDIN DES NEIGES DES VALLÉES D'AX

① 05 61 64 24 76

Halte garderie à Ax et sur le plateau de Bonascre à partir de 3 mois. Dans un espace aménagé et sécurisé, aux bons soins des moniteurs de l'Ecole de Ski Français, les plus jeunes chaussent leurs premiers skis et suivront leurs premiers cours de glisse adaptés aux enfants de 3 à 6 ans.

### ■ STATION DE SKI ASCOU

① 05 61 64 28 86 / 05 61 64 29 05

[www.ascou-ski.com](http://www.ascou-ski.com)

[contact@ascou-ski.com](mailto:contact@ascou-ski.com)

Ouvert tous les jours et les jours fériés.

Ascou reste la station « la station sympa à deux pas de Toulouse ». Spécialisée dans l'accueil des tout petits la station leur réserve son jardin des neiges et une aire de luge à l'écart. Mais les skieurs de bon niveau, parmi lesquels les adeptes du snow-board, devraient trouver aussi leur bonheur. Monoski, surf, patinette et raquettes sont autant de techniques pratiquées pour éprouver la neige. Sympa : navette à partir d'Ax-les-Thermes les week-ends et les vacances scolaires. Pistes ski alpin : 20 km de pistes, 14 pistes, 3 vertes, 4 bleues, 5 rouges et 2 noires et 6 remontées mécaniques. 10 canons à neige.

### ■ PLATEAU DE BEILLE

① 05 34 09 35 35 / 05 34 09 35 34

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

[plateau.de.beilles@wanadoo.fr](mailto:plateau.de.beilles@wanadoo.fr)

Ouvert toute l'année. Tous les jours et les jours fériés.

Au-dessus des Cabannes, sur le plateau de Beille s'étend le premier domaine de ski de fond des Pyrénées, également premier stade de neige au niveau national. L'altitude garantit un des meilleurs enneigements. L'espace naturel y est préservé et dégage un véritable bol d'air pur et vivifiant. La Porteille, la piste la plus longue du plateau avec ses 19km, court en boucle d'entraînement au bout du plateau jusqu'au Finestre à 1 967 mètres d'altitude. Les deux chemins de la Promenadou et des Crêtes se prêtent aux balades pédestres et les sentiers de l'Ombrée et de l'Orry sont ouverts pour les randonnées en raquettes à travers la forêt. La station s'adresse à tous les âges, aux enfants comme aux seniors. La formule « ski-rail » au départ de Toulouse via Les Cabannes est intéressante. Une navette assure régulièrement la montée jusqu'à la station. 70 km de pistes de ski nordique : 1 verte, 4 bleues, 5 rouges, 2 noires. 40km de pistes raquettes ; espace luge avec 4 pistes balisées et sécurisées à partir de 5 ans. Accès depuis Toulouse par A66 et tunnel de Foix.

## Ignaux

### ■ DOMAINE DU CHIOULA

Col du Chioula

① 05 61 64 20 00 / 05 61 64 24 76

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

[info@chioula.fr](mailto:info@chioula.fr)

Haute saison : ouvert tous les jours. En hiver seulement. Nordic journée : 10,50 €. Raquettes : 6,50 €. Luge : 5 €. C'est la deuxième station nordique des vallées d'Ax après le Plateau de Beille, en face, dans la direction des comforts andorrans. L'amateur d'espace préservé est ici le bienvenu. Destiné aux fondus de ski de fond, randonneurs et marcheurs. Le Domaine du Chioula bénéficie de nombreux chemins forestiers au beau milieu de 5 000 hectares de bois et d'espaces vierges naturels. A 15 minutes au-dessus d'Ax-les-Thermes, le domaine skiable du Chioula borde la frontière du département de l'Aude. Au total 65 km de pistes tracées, damées, et balisées suivant le tracé naturel des sentiers jusqu'aux portes des villages ou au pied des vestiges du château cathare de Montaillou : 2 vertes, 2 bleues, 2 rouges, 1 noire. Pour les piétons sont marqués des itinéraires pédestres et 15 km de pistes balisées pour raquettes, dont la nouvelle piste du Roc de l'Orry d'Ignaux. De plus un espace luge et un espace itinéraire piéton. Deux restaurants sont ouverts en hiver : un au centre de l'accueil de la station, avec une terrasse panoramique, le deuxième au village de Prades, à la limite de l'Aude et de l'Ariège (ouvert également en été).

### ■ LA MARMOTTE TOQUÉE

Col du Chioula

① 05 61 03 18 71

② 06 30 91 25 02

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

Ouvert toute l'année. En fonction des conditions météo.

Carte : 15 € environ. Balade guidée+repas : adulte : 24 € Enfant (-12ans) : 19 €. Terrasse.

L'établissement est situé en haut du col du Chioula à 1 400 mètres d'altitude. Est-il besoin de préciser que, depuis la terrasse, la vue sur les montagnes à 180 degrés est époustouflante. On se réglera d'un délicieux burger maison à la viande bio de Prades, en Ariège, accompagné de ses frites maison à la pomme de terre AOC et bio du Plateau de Sault. Qui ne connaît pas cette variété de pommes de terre ne connaît rien à la pomme de terre ! Pour ceux que le mot burger rebute, on peut déguster des salades copieuses, de la charcuterie locale, des grillades traditionnelles ou sur des pierres, à table, et, bien sûr de la truite locale. Tous les lundis matin de juillet et d'août il est possible de visiter les estives du Chioula avec un guide de l'Observatoire de la Montagne. La promenade nature-culturelle dure deux heures et se poursuit autour d'un bon repas au restaurant.

### ■ LES GARDEILLES

Chemin de Fount-Caude

① 06 78 32 85 93

② 06 77 04 34 84

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

[lesgardeilles@orange.fr](mailto:lesgardeilles@orange.fr)



Ouvert toute l'année. 2 chambres. Chambre double à partir de 87 €. Petit déjeuner inclus (bio). WiFi. Restauration (table d'hôtes : 24 €).

C'est dans une maison bioclimatique construite en 2012 que se situent deux chambres d'hôtes contemporaines. A 1 100 mètres d'altitude, au-dessus du village d'Ignaux (proche d'Ascou, du Domaine du Chioula et de la ville d'Aix), on ne peut manquer cette maison cube toute de bois qui domine la vallée. Les terrasses (chaque chambre possède la sienne) offrent une vue spectaculaire sur la chaîne des Pyrénées. Les chambres, à la décoration raffinée, ont une entrée indépendante et sont équipées d'une douche à l'italienne. La table d'hôtes se veut bio et les produits sont locaux, en harmonie avec les convictions et passions de Nicole (l'art) et Jacky (l'architecture bois) qu'ils partagent avec plaisir.

## Mijanès

### ■ OFFICE DE TOURISME –

STATION DE SKI MIJANES-DONEZAN

① 04 68 20 41 37

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

[ot@donezan.com](mailto:ot@donezan.com)

Basse saison : ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 11h30 et de 13h30 à 17h30. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 8h30 à 11h30 et de 13h30 à 17h30.

« Québec ariégeois », le Pays de Donezan est couronné de sommets dont le relief et l'altitude assurent un bon enneigement. La station la plus méridionale des Pyrénées ariégeoises plante ses bâtons à la limite de l'Aude et des Pyrénées Orientales garantissant un ensoleillement durable. Le fort taux de boisement du canton permet de skier même par mauvais temps. Mijanès-Donezan et

le ski alpin : domaine skiable de 30 hectares avec 9 km de pistes : 3 vertes, 4 bleues, 2 rouges, 1 noire et 1 baby avec deux pistes pour les débutants. Mijanès et le ski de fond avec 25km de pistes préparées pour la pratique des deux techniques, alternatif et skating. 1 verte, 3 bleues, 2 rouges, 1 noire. Restaurant. 5 téléskis. Vous pourrez en toutes saisons découvrir ce pays au patrimoine naturel exceptionnel.

## Savignac-les-Ormeaux



**LA TABLE DU BOULANGER**

RN 20

05 34 14 63 03

[www.la-table-du-boulanger.com](http://www.la-table-du-boulanger.com)

[latableduboulanger09@orange.fr](mailto:latableduboulanger09@orange.fr)

Ouvert toute l'année. Du mardi au dimanche le midi de 12h à 13h30 ; du mercredi au samedi le soir de 19h30 à 22h. Menus de 25,10 € à 39,50 €. Menu enfant : 10 €. Parking.

Le nom peut surprendre car une table et un boulanger sont deux mots rarement associés. Mais quand on franchit la porte de ce grand bâtiment de bois au décor de lambris qui sent bon l'authenticité et la convivialité, et où trône une imposante cheminée, on comprend ! Dans ce bâtiment sont accolés une boulangerie et un restaurant. Le boulanger s'appelle Laurent Schmitt et pratique son art depuis plus de trente ans. Côté restaurant, le nom est le même et Yannick, 27 ans, le fils du boulanger, est un jeune chef qui a fait son apprentissage et a acquis son expérience auprès de grands noms de la gastronomie ariégeoise. Nous sommes ici dans un restaurant familial proposant des plats issus de la tradition ariégeoise (azinat, merlussade, cassoulet...). Les produits frais sont choisis pour leur qualité et les viandes sont grillées dans la superbe cheminée. Dans le respect des traditions, tous les menus commencent par la soupe. Un père qui transmet

## Restaurant

Cuisine régionale au feu de bois



**Yannick Schmitt  
traiteur un chef  
au plus proche...**

**ARIEGE ET OCCITANIE**



[latableduboulanger09@orange.fr](mailto:latableduboulanger09@orange.fr)

05.34.14.63.03

[www.la-table-du-boulanger.com](http://www.la-table-du-boulanger.com)



Suivez-nous !

à son fils, un passé qui tend vers l'avenir : cette adresse futée va en régaler plus d'un ! A noter que l'établissement propose également un service traiteur qui a un vif succès et qui ne cesse de croître avec une belle réputation déjà pour les mariages en Ariège !

## LA BASTIDE-DE-SÉROU

Située entre le massif de l'Ariège et le Plantaurel, cette bastide fut fondée en 1254 par le comte Roger IV de Foix. Parmi les vestiges et monuments, on ne peut éviter la halle et ses trois mesures à grains en pierre, l'église du XV<sup>e</sup> siècle qui abrite deux superbes sculptures en bois dont l'exemple rare d'une Vierge allaitant, les ruines du château démolí au XVII<sup>e</sup> siècle et la tour de Loup. Mais La Bastide-de-Sérou c'est aujourd'hui une ville très dynamique où il fait aussi bon d'y vivre que d'y venir en

touriste. Ses atouts sont nombreux : pêche, baignade, VTT, parapente, golf, et dégustations de fromages de montagne, miels et confitures. Si vous souhaitez visiter des fermes « en état de marche » et rencontrer leurs propriétaires, alors choisissez le circuit « Balade à la Ferme » qui vous permettra, en six étapes, de les découvrir, chacune possédant une spécialité : les chèvres angoras, les chèvres chamoisées, la tomme de montagne, le miel et les abeilles, le lait des brebis et les randonnées à cheval.

## Voie verte en Séronais

De La Bastide-de-Sérou à Vernajoul en traversant Rimont, Baulou, Cadarçet, Unjat, entourée de végétation et d'air pur, la Voie Verte est une piste multiactivités aménagée en chemin de randonnée. Longue de 29 km, elle suit le tracé de l'ancienne voie ferrée Foix – Saint-Girons et utilise les ponts et ouvrages d'art existants. En famille ou entre amis, à pieds, à vélo ou à cheval, la variété des paysages, la qualité des sites, la convivialité des utilisateurs incitent à venir... et à revenir profiter du plaisir que procure la Voie Verte.

## Points d'intérêt

### ■ FERME DES REPTILES

Brouzenac

④ 05 61 65 82 13 / 06 64 84 46 63

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

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

Fermé du 1<sup>er</sup> au 31 janvier. Basse saison : ouvert le week-end et les jours fériés de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours de 10h à 19h. Gratuit jusqu'à 3 ans. Adulte : 9 €. Enfant (de 3 à 12 ans) : 6 €. Chèque Vacances.

Plus de 200 reptiles vous attendent dans ce lieu original et unique en Ariège. A la sortie de La Bastide-de-Sérou, en direction de Saint-Girons, vers Allières, Pierre pratique dans cette ferme, ouverte depuis 1995, l'élevage et l'exposition de reptiles. Du boa nain au caïman en passant par la tortue hargneuse, vous y découvrirez plus de 70 espèces de tous les continents. La particularité du lieu est de proposer des visites guidées, pendant lesquelles vous comprendrez mieux le mode de vie des reptiles, vous assisterez aux diverses manipulations et démonstrations comme les repas des couleuvres aquatiques. Les plus courageux pourront même mettre un boa ou un python autour de leur cou. Un parc de 600 m<sup>2</sup> présente librement des tortues géantes d'Aldabra, des tortues d'Afrique et des tortues méditerranéennes et asiatiques. Des bassins accueillent les tortues aquatiques et notamment la cistude d'Europe. Un parcours extérieur est dédié aux lézards : iguanes, té jus, varans. Dans la salle, les dernières améliorations du lieu concernent l'accueil de la tortue feuille Mata-Mata, le vivarium des caïmans et les nouveaux vivariums des venimeux dont le fascinant mamba vert.

### ■ SHERPA-CENTRE NATIONAL

#### DU CHEVAL DE MERENS

Le Bourtol

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

[sherpa@chevaldemerens.com](mailto:sherpa@chevaldemerens.com)

L'association Sherpa France fédère onze Sherpa régionaux auxquels adhèrent les éleveurs et utilisateurs de chevaux de Mérens. C'est dans un superbe bâtiment qu'est présentée la race. Ce cheval typiquement Ariégeois, affiche un éventail impressionnant de qualités : franchise, agilité et sûreté de pied, docilité, gentillesse, endurance, générosité. Cette race est liée à l'histoire et aux spécificités de l'Ariège. Ainsi, on trouve sa représentation sur les parois de certaines grottes du département ou du



moins, les dessins de chevaux font penser au cheval de Merens. Cet endroit lui est consacré. On y trouve des informations, des visites pédagogiques, un musée vivant, des services pour les éleveurs et les utilisateurs ainsi qu'un centre équestre. De nombreuses activités sont possibles : équitation avec moniteur, voltige, balades, randonnées, attelage.

## Le couvert

### ■ LA TABLÉE SÉRONAISE

Le Bourtol

④ 05 61 04 62 53

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

OUVERT toute l'année. Basse saison : du lundi au vendredi le midi de 12h à 14h30 ; le samedi soir de 19h à 22h. Haute saison : tous les jours. Menu unique à 14,30 €. Terrasse. L'établissement est un chalet de bois situé dans la structure de l'école d'équitation de l'Equizones. Vous serez accueilli par Gaëlle dans une grande salle moderne et sa cheminée couverte d'une hotte noire métallique. La cuisine est traditionnelle et régionale. L'endroit peut accueillir un grand nombre de personnes pour des soirées à thème dans un esprit festif où qualité rime avec convivialité. Le restaurant est aussi traiteur et propose repas ou buffets pour toutes les grandes occasions. Endroit idéal pour qui aime manger et s'amuser, bref, profiter des plaisirs de la vie.

### ■ LES TERRASSES DU GOLF

④ 05 61 64 69 33

OUVERT toute l'année. Le lundi et du mercredi au samedi le midi. Formule du midi : 15 €.

Depuis 9 ans, Sébastien tient le restaurant du golf départemental. Il est ouvert à tout public et jouit d'une vue exceptionnelle qui domine le golf et la vallée de La Bastide-de-Sérou. La grande terrasse plein sud est joliment décorée. On croise donc ici golfeurs chevronnés, ariégeois connaisseurs et touristes qui veulent profiter de la cuisine bistro-mique de Sébastien. Avec sa formation de pâtissier, les desserts sont ici tous maison et bien élaborés, il aime travailler les produits frais et locaux. On découvre les menus à l'ardoise qui changent suivant le marché et l'humeur du chef, dont le fameux saumon de fontaine et ses légumes de saison. Une cuisine gastronomique dans une ambiance de bistro, voilà l'expérience que propose le restaurant Les Terrasses du Golf, dans un cadre agréable.

## Sentiers de découverte dans le Sérénais

L'office de tourisme du Sérénais publie un topoguide gratuit fort utile pour qui veut découvrir ce territoire à pied, à cheval, à vélo naturel ou électrique.

Les randonnées ont différents niveaux de difficulté allant de la promenade tranquille sur la voie verte vers des sentiers montagneux plus ardu斯 pour les plus sportifs ou les plus courageux. Chaque page détaille la randonnée avec une carte, un descriptif détaillé, un indice de difficulté, le temps de marche, la distance et, bien sûr, le dénivelé. Ouvrage indispensable.

**Camping l'Arize**

Route de Nescus  
09240 La Bastide de Sérou  
Tél. +33 (0) 5 61 65 81 51  
mail@camping-arize.com

**flower campings**

## Le gîte

### ■ HÔTEL-RESTAURANT LA TOUR DU LOUP

**Route de Saint-Girons**

© 05 61 64 59 59

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

[latourduloup@orange.fr](mailto:latourduloup@orange.fr)



Ouvert toute l'année. Basse saison : chambre simple de 60 € à 65 € ; chambre double de 70 € à 75 € ; suite à partir de 120 €. Haute saison : chambre simple de 65 € à 75 € ; chambre double de 79 € à 85 € ; suite jusqu'à 140 €. Petit déjeuner : 8,50 €. Location de chalets de 490 € à 830 € en basse saison et de 550 € à 960 € en haute saison. Chèque Vacances. Wifi. Restauration. Tv satellite. La Tour du Loup a radicalement changé de style depuis quelques temps. Sandrine et Dominique sont revenus à une cuisine plus classique avec une priorité affichée pour des buffets bien garnis et une cuisine travaiillée, des pièces de bœuf parfaites et de la charcuterie maison. Dominique est un vrai cuisinier et aime les produits frais. On peut manger aussi à l'extérieur, grillades et grandes salades, formule idéale pour les familles, ou choisir parmi les innombrables pizzas. Possibilité de banquets. Côté hôtel, les chambres sont réaménagées, certaines avec baignoire. La déco de la salle de restaurant a été refaite et marie avec justesse la chaleur du bois à des éléments plus empreints de modernité. Huit chalets tout confort dans le grand parc, avec piscine, solarium, boulodrome. Bien situé en pleine campagne, à 15 min de Foix et au carrefour des vallées, cet hôtel-restaurant est placé au mieux pour visiter le département, aussi bien côté Couserans qu'en direction de la Haute Ariège.

## Campings

### ■ CAMPING L'ARIZE

**Route de Nescus © 05 61 65 81 51**

[www.camping-arize.com](http://www.camping-arize.com)

[mail@camping-arize.com](mailto:mail@camping-arize.com)



Fermé de novembre à avril. 94 emplacements. Exposition : mi-ombragé / ensoleillé. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 13 € à 25,50 €. Forfait camping-car. Pour

*tous les goûts et tous les budgets ! Tarifs sur le site Internet du camping. Chèque Vacances. Jeux pour enfants. Salle de bains pour bébés. Aire pour camping-cars. Wifi payant. Voie verte à proximité. Location de vélos.*

Stéphanie et Cédric, un jeune couple sympathique et dynamique, vous accueillent dans ce camping 4 étoiles, en pleine nature, en bordure de l'Ariège (idéal pour jouer avec les enfants qui profiteront d'une belle aire adaptée, et pour la pêche). Le dépaysement et le calme sont assurés. Des soirées festives, des clubs animés pour les enfants pour des vraies vacances voilà un camping calme et familial. Pour vous divertir et vous détendre ping-pong, pétanque, volley, basket, aire de jeux, barbecue, plancha, animations, petits concerts, plats à emporter et même pain frais le matin sont à votre disposition. La piscine vient d'être refaite et elle est désormais chauffée. A noter des tarifs spécifiques pour les golfeurs qui pratiqueront leur sport favori à quelques minutes du camping. Également la rivière souterraine de Labouiche, la Ferme aux reptiles, le parc Exploria, etc. Sur place : location de vélos. Tout près encore : centre équestre, poneys et 40 km de voies vertes. À noter que l'on peut louer des chalets, des mobil-homes avec ou sans sanitaire et des Tif Homes (budgets économiques) pour des week-ends détente ou pour les vacances !

## Loisirs

### ■ EARL EQUIZONES

**Le Bourtol**

© 05 61 64 62 11

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

[infos@equizones.com](mailto:infos@equizones.com)

**Accès par la D117, entre Foix et Saint-Girons.**

Ouvert toute l'année. Tous les jours. Balade de 2h. Randonnées à la journée. Poney club Cours d'équitation. Stage de dressage.

C'est dans un superbe site que l'on trouve Equizones. Cette école d'équitation propose des stages et cours personnalisés et revendique une équitation de la légèreté, sous la houlette de Sandra, gérante, titulaire du BEES 1, de l'ATE et du BAFA. Si l'obstacle et le dressage sont deux disciplines-phares, le centre fait la part belle à la rando de 2 heures, demi-journée, ou journée, ça serait dommage de s'en priver, dans le Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises.

## Halte romantique à la fontaine de Coumecabo

Un peu éloigné de la route, en contrebas de la voie verte entre Vernajoul à Saint-Girons, après le pont. Cette fontaine restaurée date du XIX<sup>e</sup> siècle et abrite une source naturelle. L'endroit est frais, calme et romantique.

Idéal pour un petit pique-nique.

### ■ ÉCOGOLF ARIÈGE PYRÉNÉES

**Unjat** ☎ 05 61 64 56 78

[www.golf-ariege.com](http://www.golf-ariege.com)

[accueil@ecogolf-ariege.fr](mailto:accueil@ecogolf-ariege.fr)

Ouvert toute l'année. Tous les jours de 8h à 18h. Green fee 18 trous : de 45 € à 55 €. Green fee compact : 15 €. Green fee parcours/practice : 5 €. Baptême : 15 €. Réductions pour les étudiants. Restauration. Boutique.

Depuis 1986, l'Ariège peut se targuer d'avoir un magnifique golf ! Devenu en 2014 le premier écogolf de France, c'est un lieu écoresponsable, modèle de gestion durable et écologique, déployé sur six hectares à 600 mètres d'altitude, dans un splendide cadre naturel. Il dispose d'un parcours de 18 trous, d'un parcours compact, dit *Pitch and Putt*, et d'un circuit de quatorze ateliers aménagé sur le *practice*, équipé de trente tapis dont dix postes couverts. Unique en France, vous pouvez donc *swinguer* sur trois parcours pour tous publics. Une zone sur herbe, un *putting green* et un *green* d'approche complètent l'équipement. Tous les niveaux sont enseignés, dans une ambiance familiale et intergénérationnelle. Il est possible d'effectuer une promenade « golf et nature », gratuite et ouverte à tous, pour découvrir les lieux. Avant ou après l'effort, le bar-restaurant Les Terrasses de l'Écogolf, dirigé par Marylène et Sébastien, vous accueille sous ses pergolas et vous propose une cuisine inspirée par les spécialités pyrénéennes.

### ■ LAC DE MONDÉLY

Voir page 16.

## Emplettes

### ■ JEAN-MICHEL GUICHARD

**Faubourg Sainte-Croix**

☎ 05 61 65 81 75

[www.guichard-sellier.fr](http://www.guichard-sellier.fr)

[guichard-sellier@wanadoo.fr](mailto:guichard-sellier@wanadoo.fr)

Ouvert du mardi au vendredi de 9h30 à 12h et de 14h30 à 18h. Lundi et samedi matin sur rendez-vous.

Cet artisan sellier harnacheur fabrique, avec toute son équipe, des selles de randonnée et des harnais d'attelage depuis 1983. Il a déjà obtenu le trophée « Sellerie de tradition » à Paris, et celui de l'innovation à Montpellier, et a été lauréat du Grand Prix d'Artisan Magazine. Tout est fait à la main, avec un souci de qualité et de manière traditionnelle, le cuir sent bon, il est beau et c'est un réel plaisir de le toucher... au dernier étage du bâtiment. (Débit, préparation du cuir, couture.) À

rez-de-chaussée, vous pourrez découvrir un superbe magasin où sont exposés la plupart des produits et bien sur, les acheter sur place ou par correspondance. Il a conçu une gamme complète de selles de randonnée avec leurs accessoires, passionnés par les différentes cultures équestre à travers le monde il n'hésite pas à s'inspirer de ses découvertes. La référence en matière de sellerie.

### ■ Dans les environs

## Alzen

### ■ ÉCOMUSÉE

**Vidallac** ☎ 05 61 02 74 51

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

[info@ecomuseealzen.fr](mailto:info@ecomuseealzen.fr)

Ouvert toute l'année. Basse saison : le week-end et les jours fériés de 10h30 à 18h. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 10h30 à 18h30. Ouvert tous les jours durant les vacances scolaires. Gratuit jusqu'à 4 ans. Adulte : 5 €. Enfant (de 5 à 14 ans) : 2,50 €. Accueil enfants.

Cet écomusée accueille grands et petits pour découvrir une ferme vivante, poules, chèvres, vaches chevaux (tous de races locales pyrénéennes), un jardin avec des variétés locales et des légumes d'autrefois, un four à pain, une habitation typiquement arriégeoise qui témoigne du quotidien des paysans du siècle dernier, une boutique, une table paysanne à base de produits bio et fermiers. Mais c'est aussi la possibilité, pour les plus sportifs, d'un parcours aérien dans les arbres avec ponts de singes, plates-formes d'observation ; trois circuits éducatifs, acrobatiques et ludiques, en toute sécurité. A la boutique vous pourrez regarder ou acheter des créations artisanales locales et pyrénéennes comme sabots, couteaux, gourdes... Enfin, selon les saisons, diverses expositions et animations thématiques vous parleront des outils agricoles, du jardinage, des champignons, de la faune...

### ■ LA FERME DES PAULIS

**Les Paulis**

☎ 05 61 64 55 14

[gabet-alzen@wanadoo.fr](mailto:gabet-alzen@wanadoo.fr)

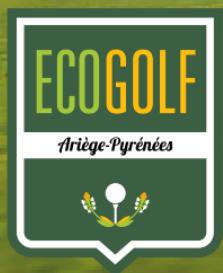
Ouvert tous les jours. Balade à la ferme en été. Livraison possible.

La ferme est située dans le petit hameau appelé les Paulis, au pied du sentier qui mène à la chapelle d'Alzan.

# DÉCOUVREZ LE GOLF

- › Prêt du matériel
- › Sur réservation uniquement

**SEUL,  
EN FAMILLE,  
ENTRE AMIS....**



## POUR TOUTE RÉSERVATION

Veuillez appeler le **05 61 64 56 78** ou contactez-nous  
par mail : [golf-club-de-lariege@wanadoo.fr](mailto:golf-club-de-lariege@wanadoo.fr)  
Golf Club de L'Ariège - 09240 Unjat La Bastide de Sérou



Golf public départemental  
géré et animé par  
l'association du GCA

Ici Christiant Gabet « fait venir » les canards qui gambadent dans les prés et sont nourris au grain. Le gavage, tant décrié par nos amis américains, se fait de manière traditionnelle, au maïs blanc. C'est vous dire la qualité des foies produits ici, et tant pis pour les Américains ! Les conserves sont faites également sur place. Mais il n'y a pas que les canards qui sont à la fête à la ferme, il y aussi les abeilles et vous pourrez acheter un délicieux miel de montagne. Tout se visite, on peut goûter, déguster, se détendre avec des gens chaleureux et qui défendent un certain savoir-faire et une tradition que nous nous devons de préserver.

## Castelnau-Durban

 **CHEZ VICTOR**  
333, rue Clovis Dedieu  
① 05 61 96 34 02  


*Basse saison : ouvert tous les jours le midi ; le vendredi et le samedi le soir. Haute saison : tous les jours le midi et le soir. Menus de 11,50 € à 27 €. Formule : 11,50 € (soupe+plat du jour+dessert). Chaises bébé.*

Ah voilà une adresse comme on les aime. Le temps s'arrête quand on franchit la porte de ce restaurant au cœur du village. Le stationnement est très facile grâce au grand parking communal situé juste en face. La devanture rouge semble sortie d'un autre temps. L'accueil est souriant, calme, gentil. Après s'être installé dans une salle classique et authentique, on peut porter son choix sur un des nombreux menus dont les prix laissent pantois. Leur point commun est de démarrer par une soupe campagnarde absolument délicieuse.

La cuisine est variée, locale, de qualité irréprochable. Le service est efficace, on ne traîne pas. Ne demandez pas si c'est maison, c'est inutile. Une excellente adresse où il faut obligatoirement faire une halte entre Foix et Saint-Girons.

## BÉLESTA

Juste à côté de ce charmant petit village, la fontaine intermittente de Fontestorbes est, paraît-il, l'une des plus spectaculaires au monde. Elle serait connue depuis l'Antiquité et même Pline l'Ancien la citait déjà dans ses écrits. Curiosité de la nature, le mystère de son intermittence demeure. Bélesta possède également la plus belle forêt de l'Ariège avec des essences particulièrement anciennes.

## Points d'intérêt

### ■ FONTAINE DE FONTESTORBES Avenue Fontestorbes

*Fermé de novembre à juin. Pas d'intermittence. Gratuit.*  
Bel endroit en été pour associer fraîcheur et lieu insolite ; fraîcheur car situé au bord de l'eau et face à une forêt, insolite car pendant 4 mois les eaux bouillonnantes de cette rivière large de 5 mètres, jaillissent de cette grotte pendant 20 minutes puis le débit baisse lentement et 40 minutes plus tard, le torrent tumultueux est devenu un mince filet d'eau... Authentique ! Cette réurgence est l'une des 10 plus importantes de France. L'eau de la source sert à élaborer la célèbre « Limonade de Fontestorbes ». Au XVI<sup>e</sup> siècle, l'écrivain et poète Guillaume Salles de Bartas écrivait que Fontestorbes était une des neuf muses des Pyrénées. Un aménagement pique nique ou snack a été habilement dissimulé dans le bois afin de ne pas dénaturer la beauté des lieux. Un endroit de repos après l'ascension du château de Montségur.

### ■ LA LIMONADE DE FONTESTORBES 23, route de Fontestorbes ① 07 88 17 81 14 [www.limonade-de-fontestorbes.com](http://www.limonade-de-fontestorbes.com)

Cette limonade est élaborée à partir de l'eau de la fontaine de Fontestorbes par les actuels établissements Cazaux depuis 1885. Le secret de la fabrication de cette célèbre boisson ne se transmet que de mère en fille à tel point que les maris des héritières sont appelé Monsieur Gendre. L'eau de Fontestorbes est suffisamment calcaire pour accrocher



au palais. On rajoute des ingrédients tels que du sirop de sucre, de l'essence naturelle de citron et du gaz carbonique. Le saturateur date de 1896 et la tireuse de 1930. La production peut atteindre 100 000 bouteilles par an. Les bouteilles en verre, et consignées, ont une contenance de 1 litre et le bouchon est mécanique et en porcelaine. On travaille à l'ancienne pour un produit unique en goût.

### ■ Dans les environs

### Fougax et Barrineuf

### ■ LE PRÉ DU BONHEUR Route de Bélesta ① 05 61 01 11 18 / 06 85 76 07 03 [www.predubonheur.com](http://www.predubonheur.com)

*Ouvert toute l'année. Basse saison : du vendredi au dimanche le midi et le soir. Haute saison : du mercredi au dimanche le midi et le soir. Menus de 15 € à 28 €. Accueil des groupes (jusqu'à 60 personnes). Jardin. Terrasse. Grand parking.*

« Et si le paradis est au bout du chemin », comme écrivait Georges Brassens, on peut dire que ce coin de paradis existe entre Montségur et Bélesta et on pense tout de suite au titre du film réalisée par Étienne Chatiliez, *Le bonheur est dans le pré*. Ce lieu est à la fois une aire de loisir, un restaurant avec terrasse et un minigolf. L'accueil est toujours souriant et sincère et on se sent vite à l'aise et détendu. Les enfants peuvent gambader en toute sécurité dans cet écrin de verdure et autour du plan d'eau (il est plus prudent de savoir nager au cas où). Le minigolf est également verdoyant et très agréable et un parcours découverte et détente vous fera découvrir les arbres du parc. La cuisine est régionale, les produits et les vins sont locaux, les glaces au lait de brebis. Certains soirs, soirée repas concert avec superbe ambiance. À noter que les

camping-cars trouveront des places ombragées et une borne électrique. Le pré du bonheur, c'est que du bonheur.

### ■ CAMPING LES BUIS\*\*

#### Quartier de la Poésie

© 05 34 14 60 69 / 06 83 17 66 37

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

Ouvert toute l'année. Gardé 24h/24. Emplacement + véhicule + 2 personnes à partir de 12 €. Emplacement + véhicule + 2 personnes (avec 10 A) à partir de 16 €. 2 mobil-homes sans sanitaire pour 3 à 5 personnes de 250 € à 280 € la semaine. 2 cabanes sans sanitaires pour 3 à 5 personnes, de 250 € à 280 € la semaine. Caravane pour 1 à 4 personnes : à partir de 190 € la semaine. Tipi : 30 € la nuit, 180 € la semaine. Tente Mayotte : 190 € la semaine. CB non acceptée. Animaux acceptés.

Dernier village avant l'arrivée au bastion de Montségur, Fougax-et-Barrineuf, situé à 500 mètres d'altitude environ, est un endroit privilégié, au cœur d'une nature de rêve où forêts, rivières, bois, lacs et montagnes invitent à un séjour riche en sensations. C'est là que Corine et Pascal ont décidé d'aménager un camping à dimension humaine, en pleine nature, afin de vous recevoir en famille ou en amoureux dans une youte. Séjour romantique garanti dans un bungalow rustique, ou en tente inuit pour dormir à la belle étoile abrité d'un baldaquin. Ce camping propose aussi un restaurant ainsi que toutes les commodités et

aires d'activités du petit village à proximité. Pour une nuit ou un long séjour, voilà une adresse idéale pour se ressourcer en harmonie avec la nature. Sur place, vous pourrez aussi profiter d'un tipi ou d'une tente Mayotte.

### ■ MAISON D'HÔTES DES MIJANES

Les Mijanes © 05 61 01 63 76 / 06 31 61 06 73

[www.maisonhotes-lesmijanes.com](http://www.maisonhotes-lesmijanes.com)

Gîtes de France (3 épis). Fermé du 1<sup>er</sup> avril au 1<sup>er</sup> novembre. 2 chambres. Chambre double 85 € ; chambre triple 105 €. Grand séjour réservé aux hôtes avec cuisine équipée. Séjour : 2 nuits minimum. Wifi gratuit.

Cette maison d'hôtes labellisée « Art de vivre » et « chambre d'hôtes de charme » de Gîtes de France (3 épis) conviendra particulièrement aux passionnés d'histoire locale et plus spécifiquement à l'histoire qui concerne les cathares. L'endroit enchantera également tous ceux qui aiment la nature et l'authenticité car il est situé à 650 mètres d'altitude et fait face au célèbre château de Montségur que l'on peut apercevoir depuis un fenestrou (petite fenêtre). Chantal Mignot vous propose deux chambres spacieuses de 30 m<sup>2</sup> : « La Ruche », nom choisi car une ancienne ruche est encastree dans un des murs, et la chambre « Montségur », grâce à sa vue. Les chambres disposent toutes de leur salle d'eau et de toilettes privatisés ainsi qu'un lit en 160. L'environnement est composé de prairies et d'une forêt à deux pas des sentiers de randonnée.

## LES CABANNES

Ce chef lieu de canton de la Haute Ariège peut être le point de départ idéal de nombreuses balades et randonnées, à la découverte du patrimoine environnant et de la montagne, en hiver ou en été avec la perle du plateau de Beille, véritable paradis pour le ski de fond et les randonnées en raquettes. Le circuit de la Corniche et des églises romanes est à faire absolument.

### Le couvert



LA MAISON LACUBE –  
LE RESTAURANT DE L'ÉLEVEUR  
3, place des Cabannes © 05 34 09 09 09  
[www.lamaisonlacube.com](http://www.lamaisonlacube.com)  
[bonjour@lamaisonlacube.com](mailto:bonjour@lamaisonlacube.com)



Ouvert toute l'année. Tous les jours le midi de 12h à 14h et le soir de 19h à 21h. Réservation recommandée. Menus de 25 € à 32 €. Menu enfant : 7,50 € (et 12 €). Formule du midi : 14,50 € (plat+dessert). Menu midi « suggestion du chef » 20 €). Menus végétariens à 18 €. Menu sans gluten 17 €. Carte en braille. Jardin. Terrasse. Boutique. Grands changements pour ce restaurant devenu une véritable institution. La salle de restaurant et la boutique ne font plus qu'un et se sont refait une véritable beauté. On retrouve toujours dans la boutique, à côté des viandes et produits servis au restaurant, une belle sélection des savoir-faire des amis fermiers et artisans locaux. Le restaurant propose une nouvelle carte d'hiver inédite présentant de nouveaux plats autour du cru et du cuit.

**La Maison Lacube**  
ELEVEURS\*

**RESTAURANT**  
Boutique de la ferme  
**BURGERS À EMPORTER**

“Picnic burger” des éleveurs sous  
les platanes, ouverte 7/7 jours midi et soir

Cet été, venez en Transhumance !

Foix RN 20 Toulouse Tarascon Andorre Axès Thermes accès direct depuis RN20 (route d'Andorre)  
PLATEAU de BEILLE

La Maison Lacube Les Cabannes Beille Alt. 1800m

05.34.09.09.09  
[www.lamaisonlacube.fr](http://www.lamaisonlacube.fr)

PARCE QUE VOUS ÊTES  
**UNIQUE ...**

... VOUS RÉVIEZ D'UN GUIDE  
**SUR MESURE**



A VOUS DE JOUER !

**my petit fute**  
mon guide sur mesure

[WWW.MYPETITFUTE.COM](http://WWW.MYPETITFUTE.COM)

Un tout nouveau comptoir-burger sur place ou à emporter ! Rien à voir ici, bien sûr, avec un fast-food. On prend le temps de manger car le burger a pris le temps d'être cuisiné, toujours à base de viande locale, de pain façonné par le boulanger du village et de fromage fermier. Le très beau décor, les excellentes nouveautés des menus et de la carte ne font pas oublier l'esprit de la maison. Une introduction moderne et joyeuse à la démarche pédagogique de La Maison Lacube, à la fois ferme de montagne, restaurant et boutique de produits fermiers, dont la vocation est de rapprocher agriculteurs et consommateurs. Un accueil chaleureux et une cuisine authentique invitent à une rencontre pleine de sens et de goût avec l'Ariège. On vous rassure, Valentine, la vache à la mécanique ajourée, véritable œuvre d'artiste, trône toujours à l'entrée.

## Le gîte

### VILLAGE NORDIQUE ANGAKA

Plateau de Beille

05 61 01 75 60

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

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

Ouvert toute l'année. Nombreuses activités sur mesure donc tarifs différents. Voir sur le site internet.

Bienvenue dans le Grand Nord ! Enfin dans le grand nord du grand sud du département. En hiver vous vivrez des aventures inoubliables dans le village nordique au milieu des yurtes et des igloos au contact de la nature et des animaux. Je vous rassure, tout le confort et le chauffage modernes sont à votre disposition. Vous profiterez des promenades en traîneaux, tractés par des chiens ou un cheval de Mérens réputé pour sa force et son endurance, des balades en raquettes... Bien entendu, vous serez encadré par de véritables professionnels. En été, promenades en calèche (avec notre ami le Mérens), bivouac sous un tipi, randonnées avec les chiens... Un endroit hors du temps pour des vacances originales et authentiques !

## Gîtes

### COMPLEXE DES OUSTALOUS

Nazebe 05 61 64 95 40

[www.les-cabannes.com](http://www.les-cabannes.com)

[lesoustalous@orange.fr](mailto:lesoustalous@orange.fr)

Ouvert toute l'année. Gîtes de 80 € à 115 € la nuit en fonction de la taille du gîte et de la saison. Chèque Vacances. Ce complexe d'accueil est idéalement situé aux pieds des montagnes en plein cœur de la haute Ariège. Que vous logiez en chambre ou en gîte, vous bénéficierez d'un confort spacieux et moderne tout en respectant l'environnement et la nature aux paysages époustouflants. Été comme hiver, l'aventure est au rendez vous : ski, chiens de traîneau, canyoning, cueillette de champignons, randonnées, pêches en altitude, balades ou tout simplement repos ! Vous savez, ne rien faire : être contemplatif et se ressourcer sans avoir besoin de toujours courir... Si c'est ce que vous cherchez, alors c'est ici qu'il faut aller. Quatre campings et un complexe de gîtes pour vivre idéalement vos vacances ! Organisez votre séjour en Ariège sur [www.vacance-ariege-pyrenees.com](http://www.vacance-ariege-pyrenees.com) ou à la centrale de réservation au 05 61 60 09 09.

### GÎTES ET CHALETS DU QUIÉ

Place des Platanes

06 88 30 72 70

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

[gitesetchaletsduquie@orange.fr](mailto:gitesetchaletsduquie@orange.fr)

Ouvert toute l'année. Gîtes ou chalets 2 chambres de 295 € à 950 € la semaine. Chèque Vacances.

Situés dans le village, ce sont les dernières habitations avant l'immense plateau de Beille où règnent en maîtres les grands espaces pyrénéens et le plus grand domaine de ski nordique. Le restaurant « A la Montanha » est le lieu privilégié pour avoir sur votre table les produits fermiers de vos hôtes. Accueil de groupe jusque 50 personnes (séminaires, réunions de famille etc.). A vingt minutes du plateau de Beille, Laurent Boquet organise des randonnées, des balades historiques sur le catharisme avec circuit et guide sur la journée. Ce domaine propose un hébergement dans les 7 gîtes et chalets qui constituent un petit complexe d'habitat au sein d'un espace naturel. Ces habitations s'appellent « Le Parsou », « La Taïchounière », « L'escabot », « L'Assaladou », « Le Bousigas » ou « Le Regatcho » autant de mots authentiquement patois qui parlent d'antan, avec, toutefois, toutes les commodités de la vie actuelle. Gîtes et chalets sont situés à quelques mètres de la boutique de la ferme du Quié ! Au cœur d'un environnement privilégié, été comme hiver, partez à la découverte des réserves naturelles que sont les Pyrénées Arigeoises depuis les chalets situés dans un verger calme et serein.

- accès direct à la plage
- bar
- blanchisserie
- climatisation
- discothèque
- distributeur d'argent
- eau potable
- équitation
- espace fumeurs
- établissement non-fumeurs
- fitness
- golf miniature
- handicap malentendant

- handicap malvoyant
- handicap mental
- handicap moteur
- jardin ou parc
- jeux
- lave-linge / laverie
- location de vélos
- magasin d'alimentation
- navette aéroport
- pêche
- piscine intérieure
- piscine extérieure chauffée
- piscine extérieure

- plats cuisinés à emporter
- room service
- salle de remise en forme
- salle de jeux / tv
- sanitaires modernes
- sports nautiques
- tennis
- tir à l'arc
- toboggan aquatique
- ventilateur
- vidange wc
- voile

## Dans les environs

### Aston

#### VILLAGE DE CHALETS-CAMPING

Le Pas de l'Ours ☎ 05 61 64 90 33

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

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



Ouvert toute l'année. Bungalow de 290 € à 682 € la semaine. Basse saison : bungalow de 70 € à 85 €. Emplacement + véhicule : 6 € à 9 €. Chèque Vacances. Wifi. Location de draps. Animations. Club des oursons (enfants de 6 à 12 ans).

Le Pas de l'Ours se trouve au cœur du petit village montagnard d'Aston, à 600 mètres d'altitude. Au pied de la station du plateau de Beille, ce centre d'hébergement mixte et de qualité est tenu par Hervé et Catherine Baumesnil. Le village de vacances compte un parc de dix-sept chalets grand confort pour six personnes et de onze bungalows pour quatre personnes. Les trente emplacements du camping 3 étoiles, équipés de deux blocs sanitaires, sont installés en bordure du torrent. De

nombreuses activités de plein air, VTT et kayak, sorties en montagne tout public, sont encadrées par des moniteurs diplômés. Des équipements sportifs : tennis, volley, jeux pour enfants, aire de pique-nique, piscine sont à disposition, sans oublier la proximité du plateau de Beille.

### Sinsat

#### LES BISCUITS DU MOULIN

Le Moulin de Sinsat

RN20 ☎ 05 61 65 37 45

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

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

Ouvert du mardi au samedi de 10h à 12h et de 14h30 à 18h ; le dimanche de 14h30 à 18h. Gratuit.

Connaissez-vous les lantounets ? Non ? J'en étais sûr. Allez donc visiter cette biscuiterie pour qu'on vous conte l'histoire de la Lantourette qui fabriqua pour son mari possédé par un mauvais esprit (on ne rigole pas, mesdames) des biscuits savoureux en forme de fleurs. Mais avant d'être une biscuiterie, le lieu était un moulin bâti au XVII<sup>e</sup> siècle et qui a cessé de fonctionner dans les années 1950. Un petit musée est visitable sur place. Un lieu pour s'alimenter de culture et de gourmandises.

## CARLA-BAYLE

Cette ancienne citadelle fortifiée au XIV<sup>e</sup> siècle par Gaston Fébus devint aux XVI<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles un farouche bastion huguenot, assiégié et démolî trois fois, renaissant aussitôt de ses ruines. Ce petit bourg changea de nom au XVIII<sup>e</sup> siècle pour honorer la mémoire de son plus illustre enfant, le philosophe Pierre Bayle. Lieu d'histoire

et de mémoire, le Carla-Bayle perpétue les messages de liberté et de libre-pensée chers à Bayle.

A Carla-Bayle, il faut se promener le long du rempart sud qui offre un point de vue incomparable sur les Pyrénées (table d'orientation). Le temple mérite lui aussi un détour. Après avoir été démolî au XVII<sup>e</sup> siècle, vendu sous la

## Autour de Pierre Bayle

Perché sur un piton rocheux dans les collines entre les vallées de l'Arize et de la Lèze, ancienne citadelle fortifiée au XII<sup>e</sup> siècle, Carla-Bayle offre un splendide panorama sur le piémont et la chaîne des Pyrénées. De nombreux artistes tels que Pierre Bayle, philosophe du XVII<sup>e</sup> siècle précurseur des Lumières, ont choisi de s'y installer. Chercheur de vérité qui supposait le croisement permanent des opinions contradictoires, il fut persécuté et exilé à Rotterdam. Il laissa derrière lui une œuvre considérable dont le célèbre Dictionnaire Historique et Critique.

#### MAISON PIERRE-BAYLE

☎ 05 61 69 99 90 / 05 61 68 53 53

[www.carla-bayle.com](http://www.carla-bayle.com) – [carla-bayle@wanadoo.fr](mailto:carla-bayle@wanadoo.fr)

Ouvert toute l'année. Basse saison : du samedi au lundi et le mercredi de 14h à 17h30. Adulte : 2 €. Enfant (de 7 à 13 ans) : 1 €. Groupe (10 personnes) : 2 €. Visite guidée (sur réservation).

Le musée est aménagé dans la maison natale du philosophe. Cette demeure est restaurée dans la pure tradition architecturale de l'époque. Durant la visite de 45 minutes, on découvre la vie du philosophe considéré comme un précurseur de la tolérance entre les peuples. Celui-ci est né au Carla en 1647 et mort en exil à Rotterdam. Ecrivain et philosophe, il a un but : la découverte de la vérité. Pour ce faire, il s'attaque à tout ce qui est établi. Il soulève beaucoup de monde contre lui et nombre de ses ouvrages sont brûlés. Il devient célèbre grâce à son Dictionnaire historique et critique écrit en 1696. C'est ce précurseur de toute la critique moderne que vous fait découvrir ce musée et, à travers lui, l'histoire du protestantisme en France aux XVII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup> siècles. La maison Bayle présente un parcours muséographique retracrant la vie et l'œuvre de Pierre Bayle. La maison Pierre-Bayle a été classée Maison des Illustres, label européen. Une « place du Sud » accueille une statue de Volti, « Le Taureau majestueux », hommage à l'Espagne si proche.

Révolution et racheté à la Restauration, il fut rebâti en 1894. Il constitue l'un des joyaux du patrimoine carlanaise et incarne l'attachement indéfectible de ce village à la foi huguenote.

Enfin, vous goûterez au charme tranquille de ses ruelles anciennes tout en découvrant des maisons de caractère, récemment rénovées grâce au programme Bastides. Des artistes et des artisans y sont installés : de très nombreuses galeries d'art ainsi que des ateliers sont ouverts au public.

L'été des expositions et des manifestations sont organisées et font de ce village un des hauts lieux de la peinture, de la sculpture, de la gravure... C'est l'occasion de dénicher le bijou rare, l'aquarelle coup de cœur, etc. Un marché fermier se tient tous les dimanches à Carla-Bayle. A noter que c'est le village préféré de la responsable d'édition de ce guide !

## Points d'intérêt

### ■ LE CÈDRE

#### Maison Pierre Bayle

05 61 68 42 92

[www.maison-pierre-bayle.com](http://www.maison-pierre-bayle.com)

[cedre@carla-bayle.com](mailto:cedre@carla-bayle.com)

Ouvert toute l'année. Tous les jours.

Le CEDRE (centre de ressources et d'échanges autour de Pierre Bayle et des philosophes de la tolérance et de la liberté de pensée) est ouvert au public sur inscription. La salle est équipée d'une salle de projection, d'un accès à une base de données numérique et à un fond bibliographique (des éditions anciennes des œuvres de Pierre Bayle sont disponibles à la consultation). Le CEDRE est aussi un lieu d'échanges et d'animations, conférences, ateliers etc...

## Le couvert

### ■ L'AUBERGE PIERRE-BAYLE

#### Rue Principale

05 61 60 63 95

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

[auberge.pierrebayle@orange.fr](mailto:auberge.pierrebayle@orange.fr)

Fermé du 15 décembre au 15 janvier. Basse saison : ouvert du mardi au dimanche le midi ; le mardi et du jeudi au samedi le soir. Haute saison : du mardi au dimanche. Réservation recommandée. Menus de 27 € à 44 €. Formule au choix ou plat à la carte : moitié portion = moitié prix. 14 € (selon le marché : entrée + plat + café ou plat + dessert + café. Entrée + plat + dessert + café 16 €). Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse.

Tables gourmandes d'Ariège-Pyrénées. Cet établissement, tenu par Fanette et Fernand de Oliveira, est accroché sur la colline et offre une vue panoramique agréable sur le lac et les Pyrénées. Le chef se plaît à proposer un grand choix de produits régionaux talentueusement préparés. Ici, la cuisine est traditionnelle et créative. À déguster, selon votre envie du moment : déclinaison de foie gras confit et farci aux figues, suprême

de pigeon au jus de canard corsé, ragoût de joue de bœuf et foie gras poêlé, fèves tonka. Laissez-vous tenter par le supreme de pintade farci de la ferme d'antan farcie, espuma de carottes et huile de truffes, ou le veau de «la ferme de la Baure» et son jus réduit à la fève tonka. Les desserts sont multi-saveurs et originaux comme la tomate confite, glace Granny Smith et tomate verte, tuile de tomate. Vous y retrouverez des plats préparés avec passion et générosité, qui allient plaisir des yeux et des papilles. Le plaisir n'est pas que dans l'assiette mais également sur les murs avec une exposition régulière de peintures et de photos.

## Le gîte

### ■ L'OUSTAL DEL CARLAT\*\*\*

05 34 01 52 68

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

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



Ouvert toute l'année. De 332 € à 1 156 € la semaine selon saison. Tarifs selon saison et maisons. Réductions sur tarifs pour 2 ou 3 semaines. Jeux pour enfants. Animaux acceptés (5 € par jour). Wifi payant. Service de ménage. Restauration (petit déjeuner continental 8 €). Lavavaiselle.

Superbe résidence de tourisme au bord du magnifique lac du Carla-Bayle, le tout donnant sur un panorama à couper le souffle. Superbe, magnifique, grandiose... rien de tel pour passer d'agréables vacances entre nature et culture, collines et peintures, résidence de vacances et résidence d'artistes au sein de ce village réputé pour sa beauté et son bouillonnement artistique perpétuel. Maison en duplex ou triplex, baignades estivales, dans le lac, surveillées, cuisine équipée, télévision, piscine extérieure chauffée, pétanque, beach volley... Il ne manque plus que le wifi. Ah pardon, il y est aussi ! Le linge est fourni et les lits sont faits. Bref tout pour réussir de vraies vacances, originales, confortables, reposantes et distrayantes, loin du tumulte des plages bondées de la côte dans un environnement naturel sain et bien évidemment culturel.

## Loisirs

### ■ LAC DE CARLA-BAYLE

05 61 68 53 53

[www.carla-bayle.com](http://www.carla-bayle.com)

Carla-Bayle, cité d'art, est un village attentif à son activité touristique. Afin de satisfaire pleinement les visiteurs et de diversifier les activités offertes, un lac de quinze hectares a été créé il y a quelques années au pied du village. De nombreuses activités nautiques sont donc maintenant possibles : baignade, surveillée en été, promenade en barque, mini-golf, jeux pour enfants, sentier de VTT et de randonnées pédestres... Vous pourrez également vous détendre en pêchant. Outre la truite dont regorgent ses eaux, diverses variétés de poissons sont présentes. Sur place, vous trouverez aussi un snack et une buvette.

## Emplettes

### ■ TERR'APIS

Ferme Charron

© 05 67 44 41 11 / 06 31 02 86 45

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

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

Visite guidée sur rendez-vous. Dégustation des produits.

Vente également via le site internet.

Caroline Davelu a le souci du beau, du bien et du respect.

Au-delà d'un métier et d'un savoir faire, c'est une passion qui habite cette productrice sachant transmettre toutes les valeurs fondamentales de la vie à travers ces trésors

inestimables que sont les produits de la ruche. Miels bio et produits de la ruche, gelée royale, propolis, pollen (un vrai régal), vinaigre d'hydromel vieilli en fût de chêne, bougies en cire d'abeille, pain d'épice... Tous les produits sont issus des ruches et labellisés bio (miel sans pesticides ni résidus chimiques).

## Marchés

### ■ MARCHÉ

Haute saison : ouvert le dimanche.

Marché fermier tous les dimanches de juillet et août, le reste de l'année voir l'office de tourisme.

## CASTILLON-EN-COUSEURANS

Ce nom fait songer au château féodal qui se dressait sur un monticule dominant la ville. De ce monument qui fut pendant de longues années la résidence des comtes de Comminges, il ne reste que la chapelle datant du XII<sup>e</sup> siècle et fortifiée au XV<sup>e</sup>.

Elle abrite des peintures romanes aux thèmes iconographiques rares. Comme beaucoup de ses frères, le château fut rasé sur les ordres de Richelieu.

Dans l'église du village de construction plus récente, on peut admirer deux bois polychromes du XVI<sup>e</sup> siècle, un Christ aux mains liées et une piétà inspirée de celle d'Audressein.

## Points d'intérêt

### ■ CHAPELLE SAINT-PIERRE

© 05 61 96 72 64

[www.ot-castillon-en-couserans.fr](http://www.ot-castillon-en-couserans.fr)

[otcastil@club-internet.fr](mailto:otcastil@club-internet.fr)

Exterior visite libre toute l'année, visites commentées en été. Réservation indispensable auprès de l'office de tourisme. Groupes toute l'année sur rendez vous.

Si l'on en croit l'étymologie, c'est du nom de son château (*Castellum, Castrum*) que Castillon, village étageé en terrasses avec ses vieilles maisons à échoppes, ses rues piétonnes bordées de murets de pierre sèche, tire son nom. Point d'implantation d'un château fort et de ses remparts, rasé au XVII<sup>e</sup> sur ordre royal ne subsistent aujourd'hui que la chapelle castrale (fin XI<sup>e</sup> début XII<sup>e</sup>, fortifiée au XV<sup>e</sup> siècle) classée Monument Historique et quelques pans du mur d'enceinte. Intérieur : peintures murales du XIII<sup>e</sup> à l'iconographie rare (arbres de vie de la Genèse, sirènes bifides...), trous acoustiques et fresque gothique du Pendu Dépendu attestant du Piémont pyrénéen comme voie de pèlerinage vers Saint-Jacques-de-Compostelle.

### ■ ÉCOMUSÉE LA GRANGE DU BAMALOU

Le Pré-Commun

© 05 61 04 45 35

[lagrangedebamalou@groupe3a.fr](mailto:lagrangedebamalou@groupe3a.fr)

Ouvert toute l'année. Basse saison : le mercredi de 14h30 à 18h ; du jeudi au dimanche de 9h30 à 12h30 et de 14h30 à 18h. Haute saison : tous les jours de 9h30 à 12h30 et

de 14h30 à 18h. Gratuit. Visite guidée gratuite (avec fabrication), les mardis et vendredis matin à 10h en juillet/août ou, sur réservation, pour des groupes de 10 personnes minimum, 2€ par personne. Visite guidée (fabrication toute l'année sur réservation à partir de 10 personnes, tarif : 2 € / personne). Boutique. Animations.

Cet écomusée vous permet de comprendre et de voir les différentes étapes de la fabrication du fromage, avec des ustensiles de l'époque. Une exposition de photos et d'outils vous transportera au siècle dernier. Vous découvrirez également les travaux des champs ainsi que les costumes du XIX<sup>e</sup> siècle qui font l'originalité de la vallée de Bethmale. Vous participerez à la fabrication à l'ancienne du fromage Bamalou dans son chaudron de cuivre, un véritable savoir-faire arlègeois qui reste fabriqué selon la méthode traditionnelle sur la commune de Bethmale. Un film vidéo vous montrera le travail de nos maîtres affineurs. La visite se terminera dans la boutique gourmande où vous retrouverez ces délicieux fromages ainsi qu'un choix de produits locaux.

## Le couvert

### ■ LA MAISON DU VALIER

Ayer

Les Bordes-sur-Lez

© 05 61 01 01 01

[www.maison-valier.fr](http://www.maison-valier.fr)

[maisonvalier@orange.fr](mailto:maisonvalier@orange.fr)

Fermé de novembre à décembre. Ouvert tous les jours. Entrées de 7 € à 10 €. Plats de 15 € à 23 €. Desserts : 7 € à 9 €. Assiette du randonneur 12 €.

Ce gîte-auberge est un morceau de paradis dans cet éden pyrénéen. Vous êtes à 933 mètres d'altitude, dans un écrin de montagne et de verdure au cœur du parc naturel régional. Le bâtiment a été harmonieusement conçu pour se fondre dans le paysage montagnard, tout en bois et pierres. Accueil 100 % chaleureux par Annie et Bernard. Cette chaleur, vous la retrouverez également dans l'ambiance cosy de leurs chambres et dans l'amour que met Bernard pour partager et concocter des plats à base de produits régionaux et artisanaux que vous dégusterez dans la grande salle de restauration avec vue



sur la rivière. Foie gras, canard au jus de truffe ou farci au foie gras, joue de bœuf, tourmedos de porc noir aux cèpes... Que du bon, on vous l'avait dit ! Vous serez au bout du monde, au pied de ce Valier si imposant, dans un paysage époustouflant et naturel, mais, rassurez-vous, avec tout le confort moderne. C'est beau, c'est bien, c'est bon : c'est donc une adresse mégaftuté !

## Dans les environs

### Arrien-en-Bethmale

#### PASCAL JUSOT SABOTIER

Aret-en-Bethmale

05 61 96 78 84 / 05 61 96 74 39

[www.artisan-bois-sabots.fr](http://www.artisan-bois-sabots.fr)

*Haute saison : ouvert tous les jours de 15h à 19h. Pour les groupes sur réservation toute l'année, Hors période estivale il est prudent de téléphoner. Visite commentée les mardis à 15h (visite de 45 minutes, 2 € par personne).* Pascal Jusot est le dernier sabotier d'Ariège, probablement même de toute la chaîne des Pyrénées. Ayant découvert la superbe vallée de Bethmale il y a trente ans il a décidé de s'y installer et a eu l'audace, le courage et le bonheur de rencontrer monsieur Catala, sabotier à Andressein, qui a pu lui apprendre et lui transmettre le savoir-faire nécessaire à la fabrication des sabots. Tous les sabots entièrement fabriqués à la main sont réalisés dans des essences locales, le bouleau principalement. Chaque futur sabot passe par les étapes suivantes : l'ébauche, le façonnage, la creuse, la finition, le séchage. Pascal Jusot fabrique des sabots bethmalais, des sabots de jardin mais aussi divers souvenirs et des objets traditionnels et décoratifs en bois. Cette entreprise a reçu le label «Entreprise du patrimoine vivant», reconnaissance d'un savoir-faire rare reposant sur la maîtrise de techniques traditionnelles. Une visite incontournable pour découvrir le fabuleux sabot de bethmale, ce sabot d'apparat à la longue pointe effilée, richement décorée de cuir et de clous qui était fabriqué par le jeune berger bethmalais et offert en gage d'amour à sa promise.

### Audressein

Ce petit village campe à l'entrée de la vallée de la Bellongue, une des plus belles de l'Ariège.

Audressein est aussi appelé en patois Tremesaygues, à cause de sa position au confluent du Lez et de la Bouigane. Il mérite une visite surtout pour son église du XIII<sup>e</sup> siècle qui possède quelques richesses. On peut notamment admirer dans cette église une très ancienne statue en bois de la Vierge, en forme de pietà, objet d'une grande vénération au Moyen Age. A voir également : un christ en croix datant du XIV<sup>e</sup> siècle.

Mais la grande originalité de cet édifice est constituée par les nombreuses fresques qui décorent le porche central, dont celle de saint Jacques. Ces peintures furent probablement exécutées au XV<sup>e</sup> siècle. Il faut signaler en outre que ces fresques présentent un très grand intérêt archéologique et esthétique et qu'elles ont été restaurées récemment.

### CHAPELLE DE TRAMESSAYGUES

05 61 96 72 64

[otcastil@club-internet.fr](mailto:otcastil@club-internet.fr)

*Haute saison : ouvert tous les jours. Visites commentées en été. Réservation indispensable à l'Office de tourisme. Groupe : toute l'année.*

Cette magnifique église est classée Monument Historique et inscrite au patrimoine de l'Unesco. Les derniers travaux de restauration de la toiture ont permis d'affirmer la préexistence de l'église romane primitive à l'intérieur de l'ensemble architectural de l'époque gothique. L'existence du sanctuaire remonte donc au début du 2<sup>e</sup> millénaire et il est doté d'un portail d'enceinte daté du XIII<sup>e</sup> siècle.

### Balaguères

#### MAISON DE LA MÉMOIRE PAYSANNE

05 61 96 84 11

Saint-Girons, direction Castillon.

Après Engomer, tourner à droite direction

Alas, Agert et enfin à 5 km Balagué.

**La maison paysanne est dans le village**

**à droite en face d'un abreuvoir de 11 m.**

*Ouvert toute l'année. De 15h30 à 19h. Gratuit.*

Daniel Solakian, chercheur au CNRS, a installé dans une bâtisse dont les fondations remontent au XVI<sup>e</sup> siècle, cette maison de la mémoire paysanne. Le maître des lieux vous propose une visite guidée gratuite toute l'année de cet espace qui a pour ambition de reconstituer le cadre de vie des Couserannais entre 1700 et 1900 ainsi que leurs outils. Plusieurs années de recherches ont été nécessaires à ce chercheur passionné pour dénicher environ un millier d'objets et d'outils qui témoignent du savoir-faire des habitants du Couserans et qui apportent un éclairage original sur leur quotidien d'alors. Il enrichit sa collection régulièrement en parcourant les brocantes, les vide greniers et... en entretenant de cordiales relations avec les Couserannais. La verve, les connaissances et la gentillesse du créateur-propriétaire de cette maison pas comme les autres, agrémentent parfaitement la visite. Osez sortir des grands axes touristiques pour découvrir cet endroit où le travail et les recherches de Daniel ont permis de sauvegarder des pans entiers de notre passé. Daniel Solakian mérite un grand coup de chapeau et... une visite que vous n'oublierez pas de si tôt.

### Bethmale

Cette vallée est formée par de nombreux hameaux disséminés dans la pittoresque vallée du même nom : Ayet, Samortein, Arrien, Villargein, Aret, Tournac. C'est probablement la plus connue de toutes les vallées ariégeoises, d'abord en raison de la beauté de ses sites, mais surtout pour le costume traditionnel de ses habitants. Les hommes portent chapeau à larges bords, veste et culotte courte, guêtres serrées aux genoux, sabots à pointe longue et recourbée et un long et solide bâton, tandis que les femmes arborent une cornette en lin, une veste, une jupe plissée et un foulard pour couvrir leurs épaules. La vallée de Bethmale comprend sept petits lacs : Auraouet, Cruzous, Milouga, Eychelle, Barlonguère, Ayet et Bethmale, le plus célèbre de tous.

## Saint-Lary

### ■ AUBERGE DE L'ISARD\*\*

Village

④ 05 61 96 72 83

[www.hotel-logis-ariege.com](http://www.hotel-logis-ariege.com)

aubergeisard@orange.fr

*Logis (2 cheminées). Ouvert toute l'année. 8 chambres. Basse saison : chambre simple à partir de 45 € ; chambre double de 50 € à 90 € ; chambre triple à partir de 100 €. Haute saison : chambre simple à partir de 50 € ; chambre double de 55 € à 95 € ; chambre triple à partir de 105 €. Demi-pension : 110 €. Petit déjeuner buffet :*

8 €. Animaux acceptés (8 € par jour). Wifi. Restauration (menu de 13 € à 34 €). Vente.

L'hôtel de l'Auberge de l'Isard s'étend sur deux bâtisses séparées par la Bouigane, que l'on traverse grâce à une verrière fermée. Hôtel tout confort qui garde une âme d'auberge familiale. Dans une salle lumineuse, aux tables colorées, le restaurant vous propose, midi et soir, une cuisine traditionnelle à base de produits du terroir : croustade, tête de veau, truite, foie gras maison et son confit de pétales de roses, magrets de canard aux framboises, crème caramel, pâtisseries maison... Pour nos amis sur deux roues, l'établissement est labellisé Relais Motard. A noter une intéressante boutique de produits régionaux à votre disposition.

## FOIX



Les premières traces de présence humaine dans cette ville remonteraient à la préhistoire, et plus particulièrement dans les grottes du roc de Foix. Bien des siècles plus tard, c'est autour de l'abbaye Saint-Volusien connue en 849 et du château élevé en l'an 1000 que la cité s'est développée, mêlant intimement son histoire à celle de cette orgueilleuse et majestueuse sentinelle qui domine la ville depuis près d'un millénaire. Le premier seigneur à porter le titre de comte de Foix fut Bernard Roger, fils de Roger le Vieux, comte de Carcassonne. Mais c'est au XIV<sup>e</sup> siècle que le destin de la ville fut marqué par un Gaston Phoebus, dont la chevelure blonde ou le soleil, son emblème, lui valut le surnom de Phébus.

### ■ COMITÉ DÉPARTEMENTAL DU TOURISME

2, boulevard du Sud

④ 05 61 02 30 70

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

[vacances@ariegepyrenees.com](mailto:vacances@ariegepyrenees.com)

Bien que le Comité départemental du tourisme dispose de ses propres locaux au-dessus de Foix, c'est surtout le site Internet qui est un outil remarquable pour aider les touristes à glaner la moindre information utile pour partir à la découverte de notre beau département. Vous pouvez ainsi télécharger toutes les brochures possibles, réserver directement en ligne un hôtel, un gîte, un camping ou une chambre d'hôtes, vous informer sur les découvertes gastronomiques et culturelles, les sports, l'aventure... Bref, une étape indispensable pour qui veut découvrir l'Ariège.

### ■ CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE L'ARIÈGE

5, impasse du Cap de la Ville

④ 05 61 02 09 09

[www.cg09.fr](http://www.cg09.fr)

Ouvert du lundi au vendredi.

Le Conseil Général de l'Ariège travaille, bien sûr, à répondre aux besoins des habitants du département, mais il est également un élément indispensable à destination des touristes et à l'aménagement de l'accueil de ces derniers. Il propose le catalogue des production du terroir locale : tout ce qui est récolté, élevé et transformé en Ariège. Il gère aussi l'actualité des manifestations culturelles, les bibliothèques, l'actualité du patrimoine

du département et surtout du SESTA (le Service d'Exploitation des Sites Touristiques de l'Ariège). Acteur de notre quotidien, le Conseil Général agit pour le bien de tous et dans tous ces domaines. Il est actuellement au cœur du grand chantier du développement de la fibre optique et du très haut débit pour tous les Ariégeois.

### ■ OFFICE DE TOURISME

FOIX-ARIÈGE-PYRÉNÉES

29, rue Delcassé ④ 05 61 65 12 12

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

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

*Basse saison : ouvert du lundi au mercredi, le vendredi et le samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h ; le jeudi de 10h30 à 12h et de 14h à 18h. Haute saison : du lundi au samedi de 10h à 19h ; le dimanche de 10h à 12h30 et de 14h à 18h. Fermé le jeudi matin hors vacances scolaires (zone C).*

► Autre adresse : 3 avenue Louis Siret – VARILHES

④ 05 61 60 55 54.

### ■ PYRENEAVISION

6, route de Ganac ④ 06 88 24 12 64

[www.canyoning-ariege.com](http://www.canyoning-ariege.com)

[pyrenevasion@aol.com](mailto:pyrenevasion@aol.com)



Jean Nadal aime la montagne et le sport. Si vous aimez le sport et que vous ne connaissez pas bien la montagne, Jean sera le guide par excellence qu'il vous faut. Il vous accompagnera, seul, en groupe ou en famille, et vous conseillera pour des expériences ou des découvertes en canyoning, en randonnée vers les étangs ou le Montcalm, en randonnées ou descente en VTT (formule adaptée aux non-voyants). En hiver, Jean Nadal est également moniteur de ski. Notre supersportif est bien sûr diplômé dans toutes ces disciplines. Il vous guidera en toute sécurité et partagera ses passions des sensations et de la montagne ariégeoise.

## Points d'intérêt

### ■ CHÂTEAU DE FOIX

Rue du Rocher

④ 05 34 09 83 83

Voir page 10.



# CHÂTEAU DE FOIX ★★



Situé sur une plateforme rocheuse, le château de Foix domine la ville. Cet ancien château fort remontant au XII<sup>e</sup> siècle fait partie des "Grands sites des Midi-Pyrénées", et est classé aux Monuments Historiques depuis 1840.

© SITES TOURISTIQUES ARÈSES/ESTIA DEMOULIN, KANN, AUTHIER



Combat médiéval en costume de l'époque mis en scène par la compagnie du Petit Meschin.

© SITES TOURISTIQUES ARÈSES/ESTIA DEMOULIN, KANN, AUTHIER



Un groupe de touristes se rend au château de Foix.

© SITES TOURISTIQUES ARÈSES/ESTIA DEMOULIN, KANN, AUTHIER



L'une des nombreuses animations pour enfants organisées lors des Journées médiévales du château de Foix.

© SITES TOURISTIQUES ARÈSES/ESTIA DEMOULIN, KANN, AUTHIER

## Cité du Goût et des Saveurs

La Cité du Goût et des Saveurs de la Chambre de Métiers et de l'Artisanat de l'Ariège œuvre chaque jour à la valorisation du patrimoine alimentaire ariégeois et de la gastronomie par le biais de la formation. Ecole de cuisine pour les particuliers, centre de formation pour les professionnels de la restauration, acteur du développement économique et touristique sur les questions du patrimoine alimentaire... Toutes ces missions permettent de sensibiliser et de promouvoir les richesses et les ressources culinaires de l'Ariège. L'objectif est la promotion et la valorisation de la restauration mais aussi de l'artisanat des métiers de bouche, des produits locaux en fonction des saisons, sans oublier le magnifique volet culturel de nos contrées. La Cité du Goût et des Saveurs est le rendez-vous des passionnés de cuisine, un lieu de partage, de transmission, de découverte de goûts et de saveurs. Les activités : – Ateliers de cuisine et de pâtisserie dans des locaux professionnels animés par des chefs ariégeois- Animations pédagogiques à la nutrition, sensibilisation au goût et aux techniques de base en cuisine- Animations sur de l'événementiel culinaire : animations enfants, démonstration culinaire- Communication et valorisation du patrimoine culinaire ariégeois : création d'un livre de recettes authentiques ariégeoises, conférences... – Séminaire nutrition et santé pour les clubs sportifs et les entreprises- Ateliers de cuisine et pâtisseries pour les groupes (minimum 14 personnes) – Formation technique pour les professionnels de la restauration commerciale et collective

Audrey Boniface Responsable de la Cité du Goût et des Saveurs de la Chambre de Métiers et de l'Artisanat de l'Ariège [Cite-du-gout@cm-ariege.fr](mailto:Cite-du-gout@cm-ariege.fr) ☎ 07 87 36 64 14 - ☎ 05 34 09 88 00

### ■ ÉGLISE SAINT-VOLUSIEN

#### ET SA PLACE



Ouvert toute l'année. Tous les jours et les jours fériés. Gratuit. Eglise classée Monument historique en 1964, d'importants travaux ont été entrepris depuis pour supprimer les peintures et les crêpis et pour refaire le dallage ce qui a permis de retrouver la crypte de l'église primitive et de suivre sur les murs les divers remaniements. Saint Volusien, évêque de Tours, exilé par les Wisigoths dans la vallée de l'Ariège (495) est devenu le saint patron de Foix. Fondée au IX<sup>e</sup> siècle, l'abbaye Saint-Volusien de Foix acquiert un très vaste domaine le long de la vallée de l'Ariège jusqu'aux portes d'Ax. Détruite en 1580, au moment des guerres de Religion, une église gothique est édifiée au XVII<sup>e</sup> siècle sur les vestiges de la première église romane. De l'époque médiévale, l'abbatiale garde sa crypte, la base du mur sud de la nef et un beau portail du XII<sup>e</sup> siècle. A l'intérieur, les belles stalles du XVII<sup>e</sup> siècle proviennent de la basilique Saint Sernin de Toulouse. La place Saint Volusien est très tôt le centre actif de la vie fuxéenne. Sa vocation marchande reste intacte du Moyen Age jusqu'à aujourd'hui.

## Le couvert

### ■ LES 1001 NUITS

#### 4, rue des Salenques

⌚ 06 89 88 29 91

[restaurant1001nuits@gmail.com](mailto:restaurant1001nuits@gmail.com)

Ouvert toute l'année. Tous les jours le midi de 12h à 14h ; du lundi au samedi de 19h à 21h30 et le soir. Menus de 13 € à 23 €. Formule du midi : 13 €.

D'autres contes comptent désormais parmi les comtes de Foix. Qui n'a jamais entendu parler de Shéhérazade et de ses 1001 nuits ? D'un tapis volant ? Dès l'entrée, sur une étagère, une lampe à huile attend Aladin pour que jaillisse le génie, «en veux tu en voilà». Des tapis persans ornent les murs. Ce restaurant ne vous

racontera pas d'histoires tant sa propriétaire Mahtab est passionnée et passionnante. Elle est iranienne, mariée à un Ariégeois et raconte avec délices l'Iran, sa culture et la cuisine de son pays. Les plats sont savoureux et le buffet d'entrées est un moyen intelligent de partir à la découverte de plusieurs spécialités douces ou épices aux parfums d'Orient. Les produits utilisés sont frais et bio. La qualité est de rigueur et l'accueil souriant de Mahtab contribue à faire de cette adresse un établissement très futé !

### ■ BAR AUBERGE MIRANDA

#### 36, rue Labistour

⌚ 05 61 65 07 40

[ph-montie.foix@orange.fr](mailto:ph-montie.foix@orange.fr)

Ouvert toute l'année. Fermé le soir sauf si réservation. Basse saison : le lundi midi ; du mardi au samedi le midi de 7h30 à 19h30. Haute saison : du lundi au samedi le midi de 7h30 à 19h30. Menu unique à 19 € (samedi, dimanche, jours fériés et soir). Formule du midi : 15,30 € (en semaine). Formule plat+café : 9,90 €). Vin au verre. Plat du jour : 9,30 € en semaine ; 13,30 € le samedi, dimanche, jours fériés et soir. Terrasse.

Vous aimez les brasseries ? Vous savez, ces lieux propices aux échanges. Vous allez aimer voyager dans le temps chez Philippe Montié. D'abord la maison : bâtie du XVII<sup>e</sup> siècle avec ses colombages rachetée par le grand-père du propriétaire actuel qui en fit une pension de famille, d'où le nom d'Auberge. Ses parents reprennent le flambeau en 1971. Nous sommes au cœur d'une affaire de famille. Philippe travaille avec son épouse et bénéficie en cuisine de l'aide de sa maman. Les plafonds de bois dominent un comptoir massif reposant sur de véritables fûts ; aux murs d'anciennes photos et des peintures représentant les blasons des cités ariégeoises, cartes, dominos... Vous pourrez vous désaltérer en salle ou sur l'une des 2 terrasses et découvrir une cuisine de terroir simple et authentique : des salades composées, des potages, sans oublier la traditionnelle mounjetade

(le cassoulet ariégeois). En été, les terrasses sont très prisées compte tenu de leur situation en centre-ville dans la zone piétonnière. Nous vous invitons à découvrir la carte des bières belges. Parlez-en avec Philippe, il connaît bien son sujet. Mais, au fait, qui était donc Miranda ? C'était le grand-père fondateur. Une adresse incontournable à Foix pour qui aime l'authenticité et les parfums d'antan.

### ■ AUX BUFFETS FUXÉENS

RN – Le Terrefort

Galerie marchande Intermarché

① 05 34 09 80 00

Ouvert du lundi au samedi le midi de 12h à 14h et de 8h à 18h. Pour le bar. Menus de 10,90 € à 18,50 €. Menu enfant : 6,90 €.

L'établissement fait partie de l'Intermarché de Foix, directement accessible depuis la galerie marchande. L'ambiance est plutôt celle d'une brasserie traditionnelle mais la nouvelle idée novatrice est la présentation sous forme de buffets pour les entrées et les desserts. Il y en a pour tous les goûts et tous les appétits, de la simple formule buffets d'entrées et de desserts à des menus pour les appétits ariégeois avec grillades ou poisson. Le rapport qualité-prix est excellent : c'est bon, c'est varié, élaboré avec un prix bien étudié. Les produits utilisés proviennent des producteurs et des fournisseurs choisis pour leur qualité et leur proximité. Pour la clientèle assidue et gourmande, une carte de fidélité est disponible.

**NOUVEAU**

### ■ CAFÉ GROS

27, cours Gabriel-Fauré

① 05 61 65 00 07

Ouvert toute l'année. Tous les jours. Menus de 14,90 € à 27 €. Menu enfant : 7,80 €. Plat du jour : 7,80 €.

Hello England ? Eh oui, il existe un pub au cœur de Foix, créé et géré par la famille Fieuzet. Tout y est, la moquette, la bière, les tables, l'ambiance... et les centaines d'accessoires qui nous transportent illiko presto (ce n'est pas anglais), de l'autre côté de la Manche tels une moto, une vitrine consacrée au tennis, un uniforme de *horse guard*, le nécessaire pour jouer à l'incompréhensible cricket, et en levant la tête on découvrira dans l'agréable salle du 1<sup>er</sup> étage un « skiffs » ou gâteau pour les courses d'aviron comme on peut voir sur la Tamise entre les prestigieuses écoles de Cambridge et Oxford. Pour info, l'aviron s'appelle une pelle, vous ramez ? Il faut un certain temps, et revenir souvent, pour faire le tour du décorum tant les détails sont riches. Les traditionnels sons de cloche, annonçant la fermeture du pub sont également présents. Côté cuisine, c'est simple, sans prétention, C'est une brasserie et les assiettes sont copieuses et bonnes. Certains soirs, animations, soirées à thème ou concert.

### ■ CAFÉ DU COMMERCE

9, place Saint-Volusien

① 05 61 65 02 56 / 06 83 17 61 21

[zimap@orange.fr](mailto:zimap@orange.fr)

Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi. Brasserie à midi. Menus de 12 € à 16 €. Menu enfant : 7,50 €. Formule du midi : 12 €. Vin au verre. Entrée + plat + café ou plat + dessert + café. Terrasse. Animations.



**Chambres de Métiers  
et de l'Artisanat**

**Ariège**

*Offrez (vous) un cours de cuisine !  
La Cité du Goût et des Saveurs de l'Ariège propose des ateliers culinaires chaleureux et gourmands en cuisine et pâtisserie pour les particuliers.*



2, Rue Jean Moulin

BP 90026 - 09001 FOIX CEDEX

07 87 36 64 14 - 05 34 09 88 00

[cite-du-gout@cm-ariege.fr](mailto:cite-du-gout@cm-ariege.fr)

[@citedugout09](http://citedugout09)



Ce bar à vin, dirigé par Marie-Pierre et Romain, est situé dans la vieille ville à l'angle de la rue donnant sur la célèbre place fuquene Saint Volusien en face de la cathédrale. La façade, verte, faite de bois, à l'ancienne, rappelle les bars de villages ou de quartiers. C'est un lieu convivial et festif au cœur de la cité et du marché hebdomadaire. Endroit idéal en été grâce à la terrasse ombragée ou pour les soirées branchées du week-end, les soirées à thème (Saint-Patrick et fête de la Musique, par exemple) ou les rencontres entre amis en semaine. C'est ici qu'on trouve le meilleur café de la ville. À partir du jeudi, c'est soirée tapas. Tous les plats sont maison, préparés par Didier : viandes, charcuteries ariégeoises et, bien sûr, produits du terroir. Très bonne adresse futée.

#### ■ LA CANTINE

**« CUISINE D'HIER ET D'AUJOURD'HUI »**  
**19, rue des Marchands ☎ 05 61 64 00 64**  
**[www.lacantine-foix.fr](http://www.lacantine-foix.fr)**

« Ouvert du lundi au samedi le midi ; du jeudi au samedi le soir. Menus de 13 € à 16 €. Menu enfant : 8 €. Plat du jour : 10 €. Terrasse. Vente à emporter.

« Je préfère manger à la cantine, avec les copains et les copines. » La cantine de la chanson de Carlos n'a rien à voir avec celle découverte dans un coin de la rue des Marchands, dans le centre historique. Cette belle adresse a changé de propriétaire et ce sont désormais deux amies, Christelle et Géraldine, qui sont nos nouvelles cantinières. Ambiance bleutée pour une cuisine créative et goûteuse.

Produits frais et des plats faits maison. La salle est minuscule mais peut accueillir une vingtaine de couverts et surtout, en été, vous profiterez de l'agréable terrasse pas vraiment sur la rue car comme le restaurant est en retrait il n'y a aucune nuisance.

#### ■ LE CHAT CHAPEAUTÉ

**24, rue des Chapeliers**

**⌚ 06 49 68 73 24**

Ouvert du lundi au vendredi de 11h45 à 17h (dernier service à 16h). Service continu. Menus de 13 € à 15 € (2 plats ou 3 plats). Plat du jour : 9 €. Terrasse. Vente à emporter. Marie Dupont vient de réapparaître dans le paysage gastronomique fuquéen. Nous l'avions découverte dans son premier restaurant dans la rue la Faurie, Le Chat botté, où elle excellait dans ses choix d'épices, de saveurs mais également, et surtout, par la qualité des pâtisseries qu'elle proposait (car elle est pâtissière de formation). Elle n'a pas fait table rase du passé car le chat vient de changer de costume. Il a enlevé ses bottes de sept lieues pour s'installer dans la rue des Chapeliers et s'affubler, comme le nom de la rue l'indique, d'un nouveau couvre-chef. En route pour de nouvelles aventures culinaires et de découvertes d'assortiments de goûts. Discrètement, le Renard, pour ne pas effrayer le chat, s'est délecté d'une tarte aux légumes de saison confits et d'un délicieux hamburger de saumon fumé, fondue d'oignon et crème de ciboulette accompagné d'aubergines grillées. Les pâtisseries sont à la hauteur du reste de l'établissement et on peut ainsi

## C'est dimanche, on mange où ?

Toujours le même cliché, les restaurants sont fermés le dimanche à Foix. Eh non, pas tous ! Voici une liste d'établissements ouverts à midi, ou le soir, et parfois les deux ! Bon appétit dominical !

#### ■ LES 1001 NUITS

**4, rue des Salenques ☎ 06 89 88 29 91**  
*Voir page 82.*

#### ■ LA PIZZ

**16 ter, avenue du Général-Leclerc**  
**⌚ 05 61 64 98 07**  
*Voir page 88.*



**PIZZERIA DU CHÂTEAU**  
**4, avenue de Lérida**

**⌚ 05 61 64 37 71**  
*Voir page 88.*

#### ■ LE SHAMS

**4, avenue du Général-de-Gaulle**  
**⌚ 05 61 03 18 87**  
*Voir page 89.*

#### ■ LA TASCA

**16 bis, avenue du Général-Leclerc**  
**⌚ 05 61 01 82 47**  
*Voir page 90.*

**■ BUFFALO GRILL**  
**ZI de Permillac**  
**⌚ 05 61 03 25 87**

#### ■ CAFÉ GROS

**27, cours Gabriel-Fauré ☎ 05 61 65 00 07**  
*Voir page 83.*

#### ■ AU GRILLADOU

**7, rue Lafaurie ☎ 05 61 64 00 74**  
*Voir page 85.*

#### ■ LE MÉDIÉVAL

**42, rue des Chapeliers ☎ 05 34 09 01 72**  
*Voir page 86.*

#### ■ NO NAME

**1, avenue Lakanal ☎ 05 61 65 59 93**  
*Voir page 86.*

#### ■ LE PATIO

**27, rue Théophile Delcassé**  
**⌚ 05 61 65 83 10**  
*Voir page 87.*

#### ■ PEPPO'S PIZZA

**19, rue Bayle ☎ 05 61 01 89 93**  
*Voir page 87.*

#### ■ LE PHOEBUS

**3, cours Irénée-Cros ☎ 05 61 65 10 42**  
*Voir page 88.*

se détendre et se régaler pour un thé ou un café dans l'après-midi. Pour les plus pressés, il est également possible d'emporter. Bon vent, maître chat !

### ■ LE GEISHA

**3, rue de Lafaurie ☎ 07 83 27 86 59**

Ouvert tous les jours le soir ; du mercredi au samedi le midi. Menus de 5 € à 30 €. Terrasse. Vente à emporter. La jolie geisha sur la vitrine ou juste le nom de l'établissement pourraient être trompeurs pour qui a l'esprit mal tourné, mais une fois la porte ouverte, vous serez accueilli par le visage souriant de Chi. De nombreux menus sont disponibles pour une à plusieurs personnes. Si vous mangez sur place, vous verrez notre maître sushi préparer les différents makis, sashimis, temakis et autres sushis. Tout est frais, délicieux, et avec un rapport qualité-prix à la hauteur de la bonhomie de notre restaurateur. Attention, il n'y a que trois places ou quatre en se serrant un peu à l'intérieur. Le restaurant travaille essentiellement sur commande à emporter. Il suffit de téléphoner, d'indiquer le menu souhaité et de venir à l'heure convenue. Pour les amateurs de whiskies, vous pourrez vous en procurer en provenance du pays du Soleil Levant, du plus célèbre Yoichi à des moins connus qui encouragent à la découverte. Chi propose également différents sakés, dont un très haut de gamme.



**GUARANA**

**3, rue Lafaurie ☎ 06 05 89 12 99**

**guaranagr@yahoo.fr**

Ouvert du mardi au samedi de 12h à 13h45 et de 19h15 à 21h. Réservation impérative. Menus de 14 € à 22 €. Menu enfant : 8 €. Vin au verre. Tagliatelles au homard 24 €. Terrasse.

Vous ne pouvez pas rater la devanture verte l'enseigne jaune du restaurant. La guarana est le nom d'une plante typiquement brésilienne, connue particulièrement pour son pouvoir énergétique. Elle possède en effet le plus fort taux de caféine au monde. Cette énergie dynamisante est ressentie une fois la porte du restaurant franchie notamment grâce à l'accueil de Giuliana. La carte propose des spécialités italo-brésiliennes. En cuisine, le responsable de tous ces délices s'appelle Reda. Il est marocain d'origine italienne. Le couple a également vécu quelque temps en Espagne, en Italie, au Brésil, au Maroc, en Ariège, le résultat est un voyage délicieux, fait avec goût et recherche de l'émerveillement des papilles comme avec les raviolis aux cèpes ou les fantastiques tagliatelles au homard faites avec des pâtes maison et un véritable homard frais. En été la terrasse dans la rue (piétonne en cette saison) permet de profiter de l'ambiance estivale du centre historique de la cité comtale. Est-ce nécessaire de préciser que la réservation est obligatoire ?

### ■ AU GRILLADOU

**7, rue Lafaurie**

**⌚ 05 61 64 00 74 / 06 21 57 59 36**

**grilladou@aliceadsl.fr**

Ouvert toute l'année. Basse saison : du lundi au vendredi le midi ; du lundi au samedi. Haute saison : du lundi au samedi le soir. Menus de 15 € à 25 €. Menu enfant : 7 €. Formule du midi : 10 € (entrée+plat ou plat+dessert). Plat du jour 8,60 €. Menu complet midi 12,50 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant.

## Aux Buffets Fuxéens



**Des produits frais  
de la région !**



**Le terrefort  
RN 20 (Dans intermarché)  
⌚ 05 34 09 83 90**

Au cœur du vieux Foix, dans une rue piétonne, Pierre et son équipe vous proposent une cuisine du sud, et tant à l'intérieur qu'en terrasse l'environnement coloré, chaud et parfumé nous le rappelle. Pierre vous proposera des plats simples, élaborés sur place avec des produits frais, locaux et particulièrement le bœuf «pré d'ici» des Pyrénées qui vient d'Ariège. Des plats plus originaux et si joliment présentés, comme le carpaccio de canard aux agrumes. Vous vous délecterez des salades, qu'elles soient campagnarde, montagnarde ou chèvretonne à moins que vous ne préfériez manger des pâtes fraîches maison, la gamme déclinée est impressionnante ou bien commander une de ses célèbres et délicieuses pizzas qui vous feront voyager comme l'acropole, la nordique, la napolitaine ou la volcano.

### ■ LE JEU DE L'OIE

#### 17, rue Lafaurie ☎ 05 61 02 69 39

*Basse saison : ouvert du mardi au samedi de 12h à 14h30 et de 19h à 22h30. Haute saison : du lundi au samedi de 12h à 14h30 et de 19h à 22h30. Réservation recommandée.*  
*Menus de 17,50 € à 26 €. Menu enfant : 6,20 € (moins de 12 ans). Plat du jour : 8,60 € (menu du jour : 15 €). Formule du jour entrée + plat + verre de vin ou café : 12 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Terrasse. Chiens acceptés.*  
A deux minutes du château, ce restaurant disposant de deux salles et d'une terrasse en été, conjugue à merveille restauration de qualité et prix très abordables. La salle du premier étage est des plus cosy. Outre les grands classiques qui sont l'entrecôte, l'onglet, le magret de canard, le cassoulet, tous viennent de producteurs locaux. A déguster, le thon mi-cuit en croûte de sésame et ses légumes croquants, le filet de truite aux noix ou encore les brochettes de poulet fermier et gambas marinés au piment d'Espelette et citron vert... En dehors de la liste alléchante des desserts tous faits maison. L'ambiance y est simple et conviviale et la carte change tous les 3 mois : pas étonnant qu'il soit prudent de réserver ! Une adresse à découvrir !



#### L'ATLAS 14, place Pyrène

#### ⌚ 05 61 65 04 04

*Ouvert toute l'année. Du lundi au vendredi le midi ; le lundi, le mardi et du jeudi au samedi le soir. Menus de 15 € à 26 € (menu végétarien 16 €). Menu enfant : 7 €. Formule du midi : 10 €. A midi uniquement : Plat du jour 8 €. Menu Atlas (entrée plat dessert) 13,50 €. Accueil des groupes. Terrasse. Animations.*

Cela fait plusieurs années que nous avions eu un véritable coup de foudre pour ce restaurant marocain au nom si montagneux. Forcément, l'Atlas qui rencontre les Pyrénées, sur la place Pyrène, le Renard ariégeois ne pouvait passer à côté ni même en face ! Que les fans se rassurent, c'est toujours aussi bien, peut-être mieux d'ailleurs. Le couscous royal est toujours aussi savoureux et copieux et le sourire et le franc accueil d'Atika, la maîtresse des lieux, toujours bien présents, ainsi que sa bonne humeur toujours communicative. La salle est vaste et lumineuse, mais intime le soir, au décor bordeaux chatoyant, sans surcharge et pierres apparentes ; dès les beaux jours une terrasse protégée de la rue. La vaisselle est superbe, typique. Les pâtisseries sont maison et ont été accompagnées du glouglou d'un thé à la menthe. Tout est savoureux et les épices sont dosés

avec justesse. A noter, couscous merguez et légumes dans le menu enfant. Pour les végétariens, couscous et tajine aux légumes et, sur commande, pastilla de poulet.

### ■ CHEZ MARCEL

#### 7, rue du sénateur Paul Laffont

#### ⌚ 0561650361

*Ouvert du lundi au vendredi. Menu unique à 17 €. Plat du jour : 8,50 €. Terrasse.*

Ambiance bistrot d'avant, la fumée des cigarettes de l'époque en moins mais toujours ces bruits de conversations, de tintements de verres ou de fourchettes. Malgré un décor moderne, on sent planer dans ces lieux une atmosphère directement tirée des années cinquante. L'accueil du patron, Marcel Subra, toujours souriant et sympathique, accentue ce côté traditionnel. La cuisine est bien entendu maison, familiale, délicieuse, avec un maximum de produits locaux ou régionaux.

### ■ LE MÉDIÉVAL

#### 42, rue des Chapeliers

#### ⌚ 05 34 09 01 72

*Basse saison : ouvert du mercredi au dimanche le midi ; du jeudi au samedi le soir. Haute saison : du mardi au dimanche le midi ; du mardi au samedi le soir. Menus de 24,90 € à 54 €. Formule du midi : 18 €.*

Au pied du célèbre château, au cœur de la vieille ville, ce restaurant n'a de médiéval que le nom. La petite salle du rez-de-chaussée est claire, aux meubles modernes et poutres apparentes sur un plafond blanc. Eric Lemoine officie en maître en cuisine et Marie-Paule vous accueille en salle, alliant sourire et professionnalisme hors pair. Nous sommes ici dans un très bon restaurant qui accorde une place importante au poisson : trio de poissons, hamburger du marin avec le pain artisanal fait par la boulangerie Hébrard, grand carpaccio de saumon... Les viandes ne sont pas oubliées bien évidemment. Les assiettes jouissent d'une présentation soignée et, vous n'en douterez pas, tout est délicieux. Les desserts sont également raffinés. Une excellente adresse dans le centre historique.

### ■ NO NAME

#### 1, avenue Lakanal

#### ⌚ 05 61 65 59 93

*Ouvert toute l'année. Tous les jours le midi et le soir. Menus de 10 € à 15 €. Menu enfant : 7,50 €. Plat du jour : 7,50 €. Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse. Wifi gratuit.*  
Ce bâtiment en pierre de taille du début du XIX<sup>e</sup> siècle est célèbre à Foix ; il se dresse fièrement en haut des allées de Villette. Il a longtemps protégé les économies des Fuxéens, car c'est ici que siégeait la Caisse d'épargne. Il abrite, à l'étage, La Dépêche du Midi et surtout un établissement bar restaurant en journée avec une belle terrasse plein sud pour déjeuner au soleil et un lieu de fête le soir. Tous les soirs rendez-vous est pris pour les apéros tapas. Le vendredi c'est le jour du poisson, alors ce sera apéro huîtres et vin blanc. La salle est spacieuse sur 800 m<sup>2</sup> et très lumineuse avec ses murets et ses pierres apparentes, idéale pour groupes ou séminaires. A la belle saison, on pourra profiter de la terrasse protégée et discrète. Une adresse rare à Foix où l'on peut manger tard le soir et se régaler d'un camembert rôti, d'un hamburger ariégeois ou d'une assiette du terroir...



**Sur place ou à emporter**

**Accueil Sympathique de Laurent !**

**25, rue Saint Jammes - Foix sur Ariège**  
**Tél. 05 61 01 11 94**

## ■ O DÉLICES DU PARC

### Place de la Halle

© 05 81 29 45 39

Ouvert tous les jours. 6 € (sandwich ou salade + boisson. 7 € avec une crêpe en plus). Sandwich de 4,50 € à 5 €. Salades de 4,50 € à 8,50 €.

Voilà un établissement idéalement placé pour une restauration rapide sur les allées de Villette, derrière la halle aux grains. Sandwiches froids ou chauds, hot-dogs, panini, barquettes de frites, des salades... il y a même des formules petit déjeuner. La terrasse est exposée plein sud, toujours ensoleillée pour une pause détente rapide, économique et une nourriture de qualité. Pour le dessert, on se laissera tenter par une crêpe ou une gaufre maison. On peut manger sur place ou emporter.



**Ô SAVEURS**  
**25, rue Saint-Jammes**

© 05 61 01 11 94

Ouvert toute l'année. Basse saison : du lundi au samedi de 11h à 15h et de 19h à 21h. Haute saison : tous les jours de 11h à 15h et de 19h à 22h. Menus de 6,30 € à 8,20 € (formules salades+ dessert ou boisson). Chèque Restaurant.

Pas le temps de s'assoir pour le déjeuner ? Voici une nouvelle adresse salades ou sandwiches et frites à emporter à deux pas de la mairie. Laurent, ancien maître d'hôtel, est arrivé de Toulouse et a ouvert l'établissement depuis bientôt trois ans ; avec son savoir-faire et son exigence professionnelle. Que des produits frais en provenance de producteurs locaux et du fait maison ! Ultime preuve de qualité, le certificat conforme par le laboratoire de l'hygiène alimentaire LABHYA. Toutes les sauces et marinades sont des créations. Salades, pâtisseries et sandwiches ou le fameux burger arriégeois avec du magret frais. Petite terrasse dans la rue. Une équipe bien sympathique à l'écoute de ses clients. Formules très sympas pour les lycéens. Ce n'est pas un fast food, mais un «quality-facility-sympathique-futé renardity-food» avec d'excellents prix sur place ou à emporter. On adore !

## ■ LE PATIO

### 27, rue Théophile Delcassé

**NOUVEAU**

© 05 61 65 83 10

Ouvert le lundi de 7h à 15h ; du mardi au samedi de 7h à 15h et de 18h30 à 0h. Menus de 14 € à 25 €. Menu enfant : 7 €. Formule du midi : 10 € (entrée + plat ou plat + dessert (café compris)). Terrasse. Wifi.

Nouvelle équipe jeune et dynamique. Voilà une bonne adresse idéalement située au centre de Foix, avec vue imprenable sur le château, parfaite pour un déjeuner en famille ou un dîner romantique. La superbe terrasse ensoleillée jouxte un jardin d'enfants, sécurisé, pour se régaler pendant que les bambins hurlent et jouent sans déranger l'assistance. L'accueil est au niveau de la qualité du service, sobre et élégant, et le rapport qualité-prix excellent. Cailles, truites, magrets, foie gras... l'originalité des plats proposés dans le menu démontre une volonté gastronomique de changer par rapport à ce qui était proposé auparavant, même si les pizzas (délicieuses) sont toujours à la carte. Bon vent à cette nouvelle équipe !

## ■ PEPPO'S PIZZA

### 19, rue Bayle © 05 61 01 89 93

Ouvert toute l'année. Tous les jours de 11h45 à 14h45 et de 18h30 à 2h. Pizzas de 4,50 € à 12 €. Chèque Restaurant. Vedi Napoli e poi muori. Deux frères napolitains, Diego et Luca De Peppo, viennent d'ouvrir une nouvelle adresse dans la rue Bayle, celle qui vous amène de la halle aux grains vers la place Saint-Volusien, en face de l'entrée du jardin public. Accueil chaleureux aux accent chantants de l'Italie. Le dépaysement est assuré. Les deux « fratelli » proposent de vraies pizzas artisanales à la mode napolitaine. Tout est authentique ! Les ingrédients arrivent directement du sud de l'Italie, la pâte est fabriquée à la main avec des techniques traditionnelles et elle cuira dans un véritable four à bois napolitain. Les pizzas sont faites avec une base à la tomate ou une à la crème et deux tailles, 24 cm ou 33 cm, sont à choisir. On se régala sur place, en terrasse ou à emporter. Pour les soirées entre amis, vous pouvez commander la pizzas au mètre comportant un mélange de 4 pizzas. Forza napoli !

**LE PHOEBUS**  
3, cours Irénée-Cros  
© 05 61 65 10 42  
[www.ariege.com/le-phoebus](http://www.ariege.com/le-phoebus)  
[infos-ariege@ariege.com](mailto:infos-ariege@ariege.com)



Fermé mi-juillet à mi-août. Ouvert du mardi au vendredi et le dimanche le midi de 12h à 14h ; du mardi au samedi le soir de 20h à 23h. Menus de 29 € à 59 €. Formule du midi : 19 € (menu à l'inspiration du chef. Sauf jours fériés et dimanche). Vin au verre. Carte en braille. Chaises bébés. Magnifique vue sur le château de Foix.

Véritable institution incontournable et reconnue dans le paysage des restaurants ariégeois en général et fuixen en particulier. L'établissement est dirigé par le chef Didier Lamotte toujours souriant et agréable. Ce restaurant est cité dans de nombreux guides de cuisine et a obtenu deux fourchettes au Michelin et deux toques chez Gault et Millau. Nombreuses spécialités : ici tout n'est que raffinements et délices. Le nom des menus donne le ton : priorité au plaisir, goût de l'harmonie, l'essentiel... A découvrir également le canard en burger de pommes de terre, le tournedos canard et le foie gras sur un risotto aux artichauds et tomates séchées. Surprises, passion, imagination, confiance, accueil sont les vertus de ce grand restaurant. Le service est toujours irréprochable, et l'agréable salle offre la plus belle vue que nous connaissons sur le château de Foix. Grand chef, grande table, grands moments de pur plaisir. Fébus aban-

**PIZZERIA DU CHÂTEAU**  
4, avenue de Lérida

© 05 61 64 37 71

Ouvert toute l'année. Tous les jours le soir de 18h à 22h. Pizzas classiques de 8 € à 13 €. Pizzas gastronomiques : 14 €. Terrasse. Vente à emporter.

Située en haut des allées de Villote, en face de la boulangerie Gutierrez, la petite maison en pierre n'est pas qu'une simple cabane à pizzas comme on en voit tant. Elle abrite un champion de la pizza. Le mot n'est pas vain, David Feral a été qualifié et a participé aux championnats de France de la Pizza 2017. Ce Couseranais d'origine propose donc des pizzas gastronomiques à un prix qui n'est pas astronomique. Le fromage utilisé n'est que de la mozzarella, sauf bien sûr pour la 4 fromages qui se voit complétée de fromages locaux, chèvres entre autres. D'ailleurs les produits sont pour la plupart du terroir et la pâte est à base de farine bio italienne. Toutes les préparations nécessaires sont concoctées par le chef pizzaiolo. Une partie de la garniture des Gastronomiques est ajoutée après la cuisson, c'est un des secrets de ces pizzas exceptionnelles, certainement les meilleures du département. En saison, salades et sandwiches peuvent être pris à l'ombre des parasols installés pour l'occasion.

## ■ LA PIZZ

**16 ter, avenue du Général-Leclerc**

© 05 61 64 98 07 – [www.lapizz-foix.com](http://www.lapizz-foix.com)

Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi le midi ; tous les jours le soir. Jusqu'à 21h30 en semaine, 22h le week-end. Menus de 10,50 € à 11,50 €. Formule du midi : 11,50 €. Pizzas de 6 € à 12 € selon les tailles. Livraison gratuite à partir de 20 € de commande. Chèque Restaurant. Terrasse. Vente à emporter. Salle climatisée.

Envie d'une bonne pizza ? La Pizz est là. À l'entrée de Foix, le restaurant vous accueille à midi ou le soir. Si vous préférez une soirée pizza devant la télé, un match ou un jeu vidéo, pas de problème, La Pizz est encore là, mais chez vous et sans supplément. En effet, la livraison est offerte pour un minimum de 10 € de commande à Foix. Vous pouvez être livrés également dans différents secteurs comme Montgailhard, Saint-Jean-de-Verges ou Ferrières. Les pizzas sont copieuses, délicieuses et originales (la Sergio à la sauce barbecue ou la Geroise avec des pruneaux). La pâte est faite maison et a une maturation de 24 heures au minimum. On est loin des pizzas industrielles. Les glaces sont de chez Häagen-Dazs et vous pourrez bénéficier de la carte de fidélité si vous venez au restaurant. Possibilité de commander également des plats cuisinés.

## ■ PIZZERIA GRAZIE MILLE

**1, place du 8 mai 1945**

© 05 61 01 84 37

Ouvert toute l'année. Le lundi, le mardi, le jeudi et le vendredi de 11h30 à 13h30 et de 18h à 21h30 ; le mercredi de 11h30 à 13h30 ; le samedi de 18h à 21h30. Formule : 5 € (panini ou croque monsieur ou hot-dog+boisson). Pizzas de 6,50 € à 12,50 €.

La pizzeria est très facile à trouver, elle est située en face du seul cinéma du centre-ville, le Rex. Même si quelques tables permettent de se restaurer à la belle saison, l'établissement a vocation de proposer un service à emporter. Notre pizzaiolo n'est pas né de la dernière

**Pizzeria du Château**

PIZZERIA DU CHATEAU  
05 61 64 37 71

**Artisanal**

**4, avenue de Lérida 09000 Foix (France)**

© 05 61 64 37 71

pluie : après avoir créé la pizzeria située en haut des allées de Villote, il a voyagé et passé quelques années en Afrique. Le voilà de retour en Ariège pour une nouvelle aventure « pizzaïolesque ». Les pizzas à pâte fine sont proposées à base de tomate ou de crème fraîche. La pâte est maison, préparée sur place. A noter également : panini, croque-monsieur, hot-dog et boissons.

### ■ LE POÉLON

**Montgailhard**  
**14, avenue de Paris**

© 05 61 03 54 24

Ouvert du mardi au dimanche le midi de 12h à 14h ; le vendredi et le samedi de 19h30 à 22h et le soir. Menus de 23 € à 34 €. Menu enfant : 9 € (avec boisson). Formule du midi : 14 € (entrée + plat ou plat + dessert. Formule complète : 16 €).

Bel aménagement en fond gris-bleu sur lie de vin, on s'y sent bien. Au total, seize tables sur lesquelles sont dressés expressément viandes et poissons. Côté terre, les raviolis de pétoncles, le magret de canard sauce aillade, la côte de veau sauce forestière ou les côtelettes de porclet à la paysanne. Côté grand large, la marmite de la mer : fricassée gourmande de poissons fourrée dans une pâte feuilletée, baluchon de saumon, feuilletés de Saint-Jacques aux deux sauces, daube de thon à l'ancienne, filets de dorade royale au basilic ou loup en papillote. Pour profiter des beaux jours, une grande terrasse. Sébastien et Anelise vous réservent le meilleur accueil.

### ■ LE SIAM

**34, cours Irène Cros**

© 05 61 05 27 38

Ouvert du mardi au samedi le midi ; du mardi au dimanche le soir. Menu unique à 19,20 €. Formule du midi : 14,80 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant.

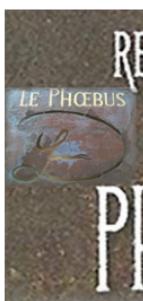
Le petit trésor asiatique de Laroque-d'Olmes, comme nous l'écrivions dans une précédente édition, s'est transporté maintenant dans la belle ville de Foix. Sans s'attarder sur la difficulté de stationner, qui n'en est pas vraiment une, nous vous invitons à franchir la porte de ce restaurant au décor sobre et à l'accueil très agréable. La qualité est au rendez-vous dans cet établissement spécialisé en cuisine thaïlandaise, vietnamienne et chinoise. Ici pas de plats surgelés ou importés. Tout est réalisé en cuisine à base de produits frais et de qualité par Isabelle Denduang Thonsomboon. Poissons frais et légumes de la région. Les plats sont adaptés aux goûts européens mais il est possible qu'Isabelle cuisine, à votre demande, « comme en Thaïlande », pour les amateurs confirmés bien sûr. Un des meilleurs restaurants asiatiques du département. Possibilité également de plats à emporter. Adresse futée et incontournable !

### ■ LE SHAMS

**4, avenue du Général-de-Gaulle**

© 05 61 03 18 87

Ouvert le lundi, le mardi et du jeudi au samedi de 11h à 14h30 et de 18h à 23h ; le mercredi midi ; le dimanche soir. Formule du midi : 12 € (le midi). Vin au verre. Pizzas de 7 € à 11 €. Mezze 4 € à 5 €. Bruschettas 8,50 €. Salades (très copieuses) de 10 € à 13 €. CB non acceptée. Chèque Restaurant.



**RESTAURANT  
Le  
PHŒBUS**

Chef de cuisine : Didier LAMOTTE  
Membre des Tables  
Gourmandés  
d'Ariège-Pyrénées  
de l'Académie  
Nationale de Cuisine

3, cours Irénée Cros  
09000 FOIX  
Tél./Fax 05 61 65 10 42  
[www.ariege.com/le-phoebus](http://www.ariege.com/le-phoebus)






DE LIEUX EN LIEUX

C'est un restaurant sans prétention mais sacrément bon et à l'accueil sympathique. La salle est assez grande dans les tons rouges, un narguilé trône sur une étagère. Outre les pizzas, les grillades, les mezzes, les salades et les bruschettas (tranches de pain garnies), et les poissons frais grillés au feu de bois, vous pourrez goûter à quelques spécialités égyptiennes puisque le patron de cet établissement est natif de ce merveilleux pays. Si vous souhaitez en savoir plus... attendez qu'il ait fini de préparer les pizzas car c'est lui qui s'active devant le magnifique et imposant four à bois dans lequel cuisent des pizzas aux épices et parfum d'orient, les pains fumant accompagnant les mezzes. Les desserts sont faits maison. La carte des vins propose de délicieux rosés du Liban. Outre les spécialités égyptiennes vous goûterez à l'assiette avec un camembert entier passé au four (avec sa boîte !) donc onctueux, chaud et coulant, accompagné de pommes de terre en robe des champs et de jambon du pays. C'est délicieux, revigorant et nourrissant ! Pizzas, salades et bruschettas également à commander et à emporter.

### ■ LE RELAIS DES FORGES

**Forges de Pyrène**

**Avenue de Paris**

**Mongaillard**

© 05 61 01 77 34 / 06 84 34 44 04

**lerelaisdesforges@bbox.fr**

Ouvert du dimanche au vendredi le midi. Menu unique à 26 €. Menu enfant : 10 €. Formule du midi : 14 €. Vin au verre. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes (jusqu'à 140 couverts). Terrasse. Wifi.

Attenant à l'écomusée des Forges de Pyrène, ce restaurant et son agréable terrasse couverte vous attendent, bercés par le murmure du Sios, le torrent qui serpente en contrebas. La cuisine se veut régionale, élaborée à partir de produits du terroir alliant tradition et créativité dans des menus qui, le week-end, se déclinent vers encore plus d'originalité. Un bon rapport qualité-prix qui permet au Relais des Forges de se démarquer des attrape-touristes souvent rencontrés dans les restaurants de musée.

### ■ LA TASCA

**16 bis, avenue du Général-Leclerc**

© 05 61 01 82 47



Ouvert toute l'année. Du mardi au samedi et les jours fériés. Réservation recommandée. Menu unique à 22 € (menu tradition). Menu enfant : 7 €. Plat du jour : 9,50 € (avec dessert et café). Buffet de crudités uniquement avec boisson 7,50 €. Menu du midi 12 € (buffet de crudité, plat du jour, dessert, 1/4 de vin). Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Vente à emporter. Boutique. Vente de produits portugais.

Ah, le Portugal ! Ce petit pays du sud-ouest de l'Europe avec sa langue si particulière, sa culture, ses voyages, ses

dominations, ses découvertes et ses grands explorateurs dans l'histoire mondiale... Pour sûr, vous ne vous êtes pas trompés d'édition et vous ne lisez pas *Le Petit Futé Portugal* bien que ce dernier vous présentera toutes ces tavernes typiques portugaises où l'on découvre la cuisine et les coutumes régionales. Eh bien, une taverne portugaise, il y en a une en Ariège, La Tasca ! Et que veut dire *tasca* dans la langue de Gil Vicente ? La taverne, bien sûr. Le décor est sobre, l'ambiance est décontractée et la clientèle composée d'habitues. Maria Maciel et Filipe Fernandes sont en cuisine et à l'accueil. Ce restaurant, qui est aussi un traiteur, vous proposera des spécialités goûteuses et colorées comme la salade de pouple, la cataplana aux fruits de mer ou au porc et palourdes, sans oublier, bien sûr, la mondialement connue *bacalhau*, la morue ! Préparée « à la mode de chez nous », un véritable délice à déguster avec l'un des sympathiques vins portugais proposés à la carte. Adresse futée à découvrir. *Obrigada a Tasca !*

### ■ LE VERTIGO

**21, rue Peyrevidal**

© 05 61 64 95 36

Ouvert du mardi au vendredi le midi de 12h à 13h30 et de 19h45 à 21h ; le samedi de 19h45 à 22h. Réservation recommandée. Menus de 24,90 € à 35,90 €. Vin au verre. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Terrasse. Wifi. Cet établissement piloté par Ramon Montandon est devenu une référence culinaire du centre-ville de Foix, et nos confrères du guide *Gault et Millau* l'ont bien remarqué ! Bien sûr, le Renard était passé un an avant et avait mentionné cette adresse comme « prometteuse ». La cuisine est traditionnelle et ariégeoise. Vous découvrirez du foie gras, l'assiette ariégeoise (charcuteries de chez Rouch, fromages et verre de vin), du bœuf, de l'agneau, des compositions terre ou mer, des trios de viandes... Le choix de la qualité des ingrédients est primordial. Le chef travaille avec des produits locaux et frais. Bref, un concentré d'Ariège dans vos assiettes qui sont très agréables à l'œil et au goût tel le filet de bœuf au foie gras. Bien que la mer n'éffleure pas notre département, vous dégusterez un choix de poissons qui dépend de l'arrivée quotidien. La salle est moderne, toute en longueur avec de confortables banquettes. Le décor est design, en rouge et noir et vous pourrez même avoir le vertige en choisissant les tables et chaises en hauteur ; en effet, agréable terrasse. Des étagères au mur servent de carte des vins car toutes les bouteilles sont exposées. L'accueil et le service sont à la hauteur de l'ensemble, décontractés mais terriblement efficaces.

### ■ VINTAGE'S CAFÉ

**32, rue Delcassé**

© 09 87 11 30 36

**sasvintage09@gmail.com**

Ouvert du lundi au vendredi de 7h à 18h ; le samedi de 9h à 18h. Formule du midi : 6,50 € (formule salade + boisson + dessert). Formule sandwich 7 €, Formule petit-



RESTAURANT

# Le Relais des Forges



**Avenue de Paris - Tél. 05 61 01 77 34 - [lerelaisdesforges@bbox.fr](mailto:lerelaisdesforges@bbox.fr)**

*dejeuner 5 €, Formule gouter chaud 4,50 €. Terrasse. Vente à emporter. Boutique.*

Est-ce un salon de thé ou un bar à salades (actuellement très tendance un petit peu partout) ? Les deux mon capitaine, salon de thé dans journée et salades pour le déjeuner. Vanessa et Stephany se sont lancées dans l'aventure de la restauration rapide de qualité. Ici tout est cuisiné et essentiellement fait maison. Le matin, il est possible de prendre son petit déjeuner avec jus pressé, viennoiseries, thé, café ou chocolat. A midi, sandwich du jour, tartes salées, wraps, salades variées... Nos deux cuisinières n'ont pas oublié les gourmands (petits ou grands) avec une formule « goûter » à partir de 15h30 pour se régaler de délicieuses pâtisseries et autres douceurs... Ambiance cosy. Possibilité d'emporter.

## ■ LE XIX<sup>ÈME</sup> SIÈCLE

**2, rue Théophile-Delcassé**

05 61 65 12 10

[restaurant.XIXE@wanadoo.fr](mailto:restaurant.XIXE@wanadoo.fr)

Fermé du 15 au 31 août et du 25 décembre au 2 janvier. Et une semaine à Pâques. Ouvert du lundi au samedi le midi. Menus de 18 € à 24 € (salades géantes de 8,80 € à 10,50 €). Menu enfant : 7 € (jusqu'à 10 ans). Plat du jour : 7,80 €. Vin au verre. Menus « Le petit salon » : 2 plats 22 €, 3 plats 28 €. Chèque Restaurant. Vente à emporter. Immenses salles, couleur taupe tendance et bar vert design. On entre par un sas comme on n'en fait plus, et les grands plafonds, soutenus par trois piliers, sont ornés de moulures authentiques. Aux murs, exposition de tableaux pas forcément rétro. Les nombreuses tables

éparpillées favorisent une convivialité de proximité avec les autres convives qui sont eux-mêmes très représentatifs de la société fuxéenne. Nous avons croisé des avocats, des retraités, trois pompiers, un militaire, des jeunes, des hommes et femmes d'affaires et autres cadres dynamiques. L'ambiance générale est sympa. Laure sait s'entourer d'un personnel compétent et souriant qui participe à la convivialité de l'endroit, mais au-delà du sourire des serveuses, les gens viennent surtout au XIX<sup>ème</sup> siècle pour la cuisine faite maison, qui passe du plat traditionnel à la cuisine du monde au gré de l'humeur du chef qui est très souvent de bonne humeur. La grande salle est toujours très animée ! Les salades géantes sont... géantes ! Le mot copieux a ici toute sa place. Les plats et plats du jour sont également succulents, on sent que nous sommes dans une maison sérieuse qui, depuis plus de 25 ans, est attentive à transformer le moment passé ici en un moment de détente et de plaisir. Pour être plus au calme, « le Petit Salon » est une salle plus intime qui été redécorée pour offrir une ambiance plus cosy et plus de confort aux convives, avec nappe et menus élaborés, déco soignée et magnifiques tableaux représentant des taureaux flamboyants. L'endroit idéal pour les repas business ou romantiques (ou pour les réunions du Petit Futé !) où sont servis des plats travaillés essentiellement à base de produits locaux. Enfin, aux beaux jours, la terrasse ombragée vous permet de voir couler l'Ariège sous vos pieds et invite à prolonger le moment du repas pour profiter de la vue sur le Pech. A l'heure du déjeuner, si vous êtes à Foix, le XIX<sup>ème</sup> siècle est incontournable !

## Le gîte

### ■ ASSOCIATION DES LOGIS ARIÈGE PYRÉNÉES

#### Route de Ganac

① 05 61 02 30 87

Les restaurateurs hôteliers « Logis » ont fait le choix de s'engager dans une démarche de qualité reconnue internationalement. Attachés aux meilleurs services de leurs hôtes, ils proposent de nouvelles vacances pour les amoureux de caractère, de silence, de pêche, de vélo, de randonnée, de neige et de séjour en famille. 12 établissements labellisés représentant plus de 250 chambres dans le département. En plaine et en montagne, en ville et à la campagne, idéalement situés pour vous permettre de découvrir les riches patrimoines historiques et de pleine nature de l'Ariège, ils combleront également vos papilles avec une gastronomie raffinée et de qualité. Entre amis ou en famille, il y a toujours un logis à partager. Les restaurateurs Logis cuisinent des menus d'inspiration régionale en faisant fréquemment appel à des producteurs locaux. Ils sélectionnent pour vous des vins et boissons du terroir qui raviront les connaisseurs.

### ■ AUBERGE LES MYRTILLES

#### Col des Marrous

#### Le Bosc

① 05 61 65 16 46

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

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



*Logis (2 cheminées). Fermé de novembre à mars. Sur réservation le soir en semaine. Ouvert 7/7 en été sauf lundi midi. 11 chambres (en fonction des saisons). Studio / appartement de 180 € à 270 € le week-end, de 300 € à 550 € la semaine. Menu terroir : 26 € le soir sur réservation. Animaux acceptés. Bain bouillonnant, sauna.*

Toujours le même coup de cœur pour ce chalet montagnard tenu par Grégoire et Caroline Monnot. Doté de 8 chambres tout confort et d'un gîte perdu au milieu des sapins en haut du Col des Marrous. Cette auberge forestière, à 1 000 mètres d'altitude, peut s'enorgueillir de son superbe panorama sur les Pyrénées. La salle du restaurant offre un nappage beige, des bougies, la chaleur du bois blond pour une tonalité majeure de raffinement. La cuisine navigue entre les spécialités ariégeoises et savoyardes : cassoulet, confit, azinat, tartiflettes, fondues, croustades, tarte aux myrtilles... Toute l'année, comble de la détente, les résidents peuvent bénéficier de l'accès à la piscine couverte chauffée avec sauna et bain bouillonnant. La décoration intérieure mêle modernité et antiquités aux boiseries de l'Auberge. Cette année, la déco de quatre chambres a été refaite dans le style « grand mère » avec gros édredons, lambris... Caroline vous installera en terrasse face aux Pyrénées, à l'ombre d'un tilleul ou au coin du feu de cheminée selon les saisons. Entre le goût des myrtilles et le parfum des résineux, ce repaire de charme offre une délicieuse pause champêtre.

### ■ HÔTEL BALLADINS

① 05 61 05 36 10

[www.hotel-balladins-foix.com](http://www.hotel-balladins-foix.com)

[contact@hotel-balladins-foix.com](mailto:contact@hotel-balladins-foix.com)



Ouvert toute l'année. Accueil 24h/24 (réception ouverte du lundi au vendredi de 7h à 22h, le samedi de 8h à 22h et le dimanche de 8h à 12h30 et de 17h à 22h). 50 chambres. Chambre double de 52 € à 65 € ; chambre triple de 67 € à 80 €. Petit déjeuner : 7,90 €. Parking inclus. Soirée étape tous les soirs de semaine. Chambres adaptées. (Surtout téléphoner pour réserver selon vos besoins spécifiques). Wifi gratuit. Restauration. Tv satellite.

Au cœur de l'Ariège, les 50 chambres de l'hôtel des Balladins sont l'étape rêvée avant l'ascension des Pyrénées. M. et Mme Varin, une équipe familiale et un accueil chaleureux vous attendent dans cet hôtel situé proche du centre-ville de Foix. Des chambres très confortables, rénovées début 2015, au décor sobre et lumineux avec possibilité d'un troisième lit. Le buffet du petit déjeuner est à volonté... parking sécurisé et fermé. Petite anecdote, si le hasard vous conduit à Foix au début de l'automne vous pourrez assister au brame du cerf depuis votre chambre ; selon M. Varin. Alors n'hésitez pas, on sait que le cerf se fait troubadour... je préciserai baladin, chaque année dans le champ derrière l'hôtel.

### ■ HÔTEL EYCHENNE

11, rue Peyrevaldal

① 05 61 65 00 04

[www.hotel-eychenne.com](http://www.hotel-eychenne.com)

[hotel.eychenne@orange.fr](mailto:hotel.eychenne@orange.fr)



Ouvert toute l'année. 16 chambres. Chambre simple de 47 € à 52 € ; chambre double de 57 € à 62 € ; chambre triple de 67 € à 72 €. Wifi gratuit.

Situé au pied du château féodal au cœur de la cité médiévale dans un cadre rustique et convivial, cet hôtel au charme d'antan est idéalement placé. Au centre de Foix pour découvrir les paysages de montagnes, les châteaux et les grottes qui rayonnent autour et profiter des sites touristiques de la ville. Les chambres sont spacieuses, claires et calmes. Juxtaposant l'hôtel, le bar de style authentique et rustique vous propose un service raffiné tant pour les rendez-vous d'affaires qu'entre amis.

### ■ HÔTEL PYRÈNE\*\*\*

#### Le Vignoble

#### Rue Serge Denis

① 05 61 65 48 66 / 06 82 41 78 61

[hotel.pyrene@wanadoo.fr](mailto:hotel.pyrene@wanadoo.fr)

Ouvert toute l'année. 20 chambres. Chambre simple de 53 € à 68 € ; chambre double de 60 € à 70 € ; chambre triple de 78 € à 87 €. Petit déjeuner : 8,50 €. Wifi gratuit. Depuis toute petite, Mylène Facchetti a toujours vécu dans l'hôtel de ses parents. Il est légitime qu'elle reprenne tout naturellement l'affaire familiale sous l'œil paternel. Elle connaît par cœur les vingt chambres. La dominante de parquet ainsi que les faïences des salles de bains marquent l'option pour la sobriété et l'atmosphère feutrée. Jardin, piscine et tennis offrent à la clientèle un espace détente. Au cœur de l'Ariège, pays de l'authentique

et de la douceur de vivre, à la sortie de Foix, la médiévale (1 km), en retrait de la nationale 20, au rond-point de Roquefixade, ce 3-étoiles brille par son rapport qualité-prix, une étape de qualité.

### ■ HÔTEL-RESTAURANT LONS

**6, place Georges-Dutilh**

① 05 34 09 28 00

[www.hotel-lons-foix.com](http://www.hotel-lons-foix.com)

[hotel-lons-foix@wanadoo.fr](mailto:hotel-lons-foix@wanadoo.fr)

25 chambres. Chambre double de 66 € à 92 €; chambre triple de 104 € à 107 €; suite de 98 € à 112 €. Petit déjeuner buffet : 9,50 € (enfant moins de 12 ans 5,50 €). American Express, Chèque Vacances. Animaux acceptés. Wifi gratuit. Restauration (formule : 13,60 € le midi. Menu du jour : 17,80 €. Menus de 23 € à 36 €).

Cet établissement est un monument dans le paysage gastronomique ariégeois, un lieu de rencontres pour décideurs, hommes d'affaires, chefs d'entreprises, leaders d'opinion... Situé au bord de l'Ariège et face aux Pyrénées, cet ancien relais de poste est tenu depuis près de quarante ans par la famille Lons dont les quatre enfants, sous l'oeil bienveillant de René, perpétuent la tradition. Une partie des chambres a vue sur la rivière et l'autre sur la place Duthil, côté ville où se situe d'ailleurs l'entrée. Salon de réception, bar et salles de séminaires attirent le monde des affaires en négociation avec les « marchands de Foix ». Le restaurant est de plain-pied prolongé par une terrasse vitrée en bordure de la rivière. Des expositions de peinture décorent les murs. Plusieurs menus sont proposés au choix sans compter la carte. Un superbe buffet de hors-d'œuvre vous ouvrira l'appétit avant d'attaquer soles, gambas, truites, entrecôtes, tourmedos, côtes d'agneau, cassoulet, confit de canard ou plats du jour. La carte des vins est au diapason des mets proposés : variée et de qualité

### ■ LE LÉO DE FOIX

**16, rue Nöel-Peyrevidal**

① 05 61 65 09 04

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

[leleodefоix@laposte.net](mailto:leleodefоix@laposte.net)



Ouvert toute l'année. Le restaurant est ouvert du lundi au vendredi de 12h à 14h, soir et week-end sur réservation pour les groupes. Ouvert 7j/7. En semaine de 8h à 22h. Week-end et jours fériés de 10h à 14h et de 17h à 22h. 49 lits répartis en chambres de 1 à 4 personnes avec salle d'eau privative (serviettes de toilette non fournies). Chambre simple 27 € ; studio / appartement à partir de 50 €. Pension complète : 56 € (par personnes). Demi-pension : 45 € (par personne). Petit déjeuner : 5 €. Chèque Vacances. Wifi gratuit. Restauration (plat du jour : 8 € ou 9 €, menu complet : 10 € ou 13 € selon adhésion ou pas).

Seule grande structure d'hébergement, l'Auberge Le Léo, hommage à Léo Lagrange, est située en centre-ville. C'est un espace d'hébergement familial dans le pur style des Auberges de Jeunesse. La structure accueille groupes, familles, individuels et propose outre l'hôtellerie et la restauration, des salles de réunions... Accès wifi. De nombreuses associations proposent diverses activités

telles que le kayak, la capoeira, le yoga, des cours de piano, de guitare, d'informatique, des ateliers de théâtre et d'écriture et aussi, apprenez l'occitan, l'anglais, l'espéranto... La liste est immense, l'ennui et l'inactivité sont bannis. On se sent vraiment en famille tant l'accueil par la nouvelle direction en place est simple et chaleureux.

## Gîtes

### ■ GÎTES DE FRANCE ARIÈGE

**2, boulevard du Sud**

① 05 64 25 05 68

[www.gites-de-france-ariege.com](http://www.gites-de-france-ariege.com)

[relais@gites-de-france-ariege.com.com](mailto:relais@gites-de-france-ariege.com.com)

Ouvert toute l'année. Accueil jusqu'à 17h30.

Vous désirez découvrir le département, affronter les montagnes et leurs lacs, découvrir une nature authentique, des paysages grandioses où coulent torrents et rivières ou bien vous préférez vous promener à travers les vertes vallées pour visiter cités médiévales, bastides et grottes peintes. Gîtes de France Ariège saura vous aider à dénicher le gîte, la chambre d'hôtes ou le chalet idéal pour votre séjour parmi les 500 hébergements en Ariège-Pyrénées.

## Chambres d'hôtes

### L'ARCHE DES CHAPELIERS

**25, rue des Chapeliers**

① 05 61 01 44 94 / 06 77 84 80 23

[www.chambres-foix.com](http://www.chambres-foix.com)

[contact@chambres-foix.com](mailto:contact@chambres-foix.com)

Ouvert toute l'année. Accueil jusqu'à 21 (sur demande et précision téléphonique). Accueil à partir de 16h. Libération des chambres 11h). 2 chambres. Chambre double 75 € ; suite 85 €. Basse saison : chambre simple à partir de 69 €. Petit déjeuner inclus. Lit supplémentaire : 20 €. Garage inclus (+ place de parking privée et sécurisée à proximité. Garage motos et vélos). Chaise bébé. Chèque Vacances. Wifi gratuit. Restauration (à proximité).

L'Arche des Chapeliers est une maison d'hôtes au cœur de la ville, dans le centre historique de Foix. Sonia, passionnée d'histoire locale et régionale, vous invite à franchir l'arche qui caractérise cette superbe bâtie de 1762. Située au pied du château, la maison date sûrement du Moyen Âge mais assurez-vous, elle dispose de tout le confort indispensable au XXI<sup>e</sup> siècle ! Les deux très belles chambres, spacieuses, sont accessibles dans les étages par un authentique escalier. La suite Esclarmonde (célèbre femme cathare parfaite, fille d'un comte de Foix du XII<sup>e</sup> siècle) est une chambre traversante avec mezzanine qui offre deux vues spectaculaires sur le château et sur les montagnes. La lumineuse chambre Pyrène s'ouvre sur la place éponyme et dispose d'un salon attenant aménagé. Les petits déjeuners élaborés à partir de produits locaux, d'artisans, et du marché se prennent sur une terrasse intime et romantique en été, près du feu l'hiver. Pour les dîners et déjeuners, la maison d'hôtes est à deux pas des restaurants, des commerces... Voilà l'endroit idéal pour se poser plusieurs jours en Ariège et rayonner à la découverte des richesses et du patrimoine du département.

## Campings

### ■ CAMPING DU LAC

RN 20

05 61 65 11 58

[www.vap-camping.fr](http://www.vap-camping.fr)

[info@campingdulac.com](mailto:info@campingdulac.com)



Fermé du 16 décembre au 14 janvier. Locations ouvertes du 15 mars au 30 novembre. 90 emplacements. Emplacement + véhicule + 2 personnes (avec 4 A) de 28 € à 23,40 €. Mobil-homes pour 4 à 6 personnes de 420 € à 630 € la semaine ; mobil-homes de 220 € à 301 € ; mobil-homes à partir de 399 € ; mobil-homes pour 4 à 6 personnes de 451 € à 679 €. Chèque Vacances. Animaux acceptés (2 €). Restauration. Animations.

Sur 6 ha ombragés, au bord de l'Ariège, ce camping est idéalement situé aux portes de la prestigieuse ville de Foix. Sur des emplacements de 100 m<sup>2</sup> délimités, avec branchement électrique 4 A, vous pourrez vous installer pour une nuit, un week-end, une semaine ou plus si affinités. Pour occuper vos journées, soyez sans crainte car l'Ariège c'est les grottes, les châteaux de Foix et de Montségur, les Forges de Pyrène, les belles et sauvages forêts... Côté loisirs : golf, parapente, base nautique, canoë, escalade, spéléo... Dans le camping, court de tennis à votre disposition et si le soleil vous réchauffe un peu trop, plongez dans la piscine, de 10h à 19h, du 1<sup>er</sup> juin au 30 septembre. Alors, n'oubliez pas, Foix, son château... et son camping ! Quatre campings et un complexe de gîtes pour vivre idéalement vos vacances ! Organisez votre séjour en Ariège sur [www.vacance-ariege-pyrenees.com](http://www.vacance-ariege-pyrenees.com) ou à la centrale de réservation au

05 61 60 09 09.

### ■ CAMPING LA ROUCATEILLE\*\*\*

Montgaillard

15, rue du Pradal

05 61 64 05 92

[www.camping-en-ariege.com](http://www.camping-en-ariege.com)

[roucateille.camping@orange.fr](mailto:roucateille.camping@orange.fr)



Camping Qualité. Fermé du 1<sup>er</sup> octobre au 14 avril. Réservation recommandée. 71 emplacements (surface de 80 m<sup>2</sup> à 150 m<sup>2</sup>). Exposition : ombragé. Sol : herbeux. Relief : plat. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 12,50 € à 18,50 €. Mobil-homes pour 1 à 4 personnes de 210 € à 390 € la semaine ; mobil-homes pour 1 à 5 personnes de 270 € à 510 € ; mobil-homes pour 2 à 6 personnes de 260 € à 490 €. Animaux acceptés. Wifi gratuit. Excursions (location de vélos à assistance électrique).

Retrouvez les vraies valeurs du camping, tel est le slogan de ce charmant camping niché à quelques encabulations de Foix dans un cadre boisé, entouré de montagne. Certains campeurs ont surnommé le camping : le jardin à camper ! Depuis 25 ans, ce camping familial accueille, toujours avec la même passion du partage et de l'échange, les campeurs en caravanes, camping-cars, tentes et propose également de louer des mobil-homes tout confort. Les sanitaires sont neufs, spacieux et

bâtis avec goût. L'endroit respire le calme, la tranquillité, le repos, bref des vacances idéales en famille ou en couple. Une nouvelle équipe est à la barre mais toujours aux petits soins des amis/clients afin que rien ne manque ou qu'il ne traîne pas le moindre papier gras. Vous bénéficierez d'excellents conseils au sujet des nombreuses excursions à faire dans la région qu'elles soient sportives, culturelles ou gustatives. Vous pourrez faire ces excursions, ou des balades, en louant sur place un vélo à assistance électrique ! Un endroit futé, comme on les aime.

## Loisirs

### ■ CENTRE AQUATIQUE DU PAYS DE FOIX

1, avenue du Général-de-Gaulle

05 61 02 00 05

[www.cc-paysdefoix.fr](http://www.cc-paysdefoix.fr)

[piscine@cc-paysdefoix.fr](mailto:piscine@cc-paysdefoix.fr)

Ouvert toute l'année. Haute saison : tous les jours. Entrée : 4,50 €. American Express.

Le Centre aquatique du Pays de Foix, avec ses piscines intérieure et extérieure, est un espace détente bien équipé (hammam, sauna, spa, etc.). A l'intérieur, un grand bassin confort 5 couloirs très tendance, avec éclairage d'ambiance et une atmosphère très cosy. Un effort a aussi été fait pour le confort sonore. L'espace détente est spacieux, avec grand spa. A l'extérieur, on peut pratiquer une multitude d'activités : boule à vagues, rivière à contre-courant et une pataugeoire pour les plus petits avec jets d'eau. Pour bronzer en dehors des classiques transats en bord de piscine, un solarium et un grand espace pelouse, des bancs de pique-nique ombragés et une ambiance très familiale et estivale. Un lieu très agréable pour vacanciers, touristes ou ariégeois. A noter le côté environnemental et écologique : ici on récupère l'eau de pluie, il y a des capteurs solaires, etc.

### ■ MARIAGE EN TAXI ANGLAIS

17, rue du Four d'Aval

05 61 01 05 92 / 06 81 00 16 00

[www.mariage-taxi-anglais.com](http://www.mariage-taxi-anglais.com)

[contact@mariage-taxi-anglais.com](mailto:contact@mariage-taxi-anglais.com)



Ouvert tous les jours et les jours fériés de 13h à 20h. Ouvert le dimanche. Mariage tout compris 450 € pour 4h voire plus...

Osez l'originalité. Sortez des clichés. Sortez de ces limousines, Rolls, vieilles voitures qu'on voit partout. Mariiez-vous en en taxi anglais, en « Black Cab », comme à London, dans une une voiture originale, glamour et rock and roll. C'est une véritable voiture anglaise pour une journée exceptionnelle : tout est compris, même le taxi driver, un passionné des anglaises. Disponible en Haute-Garonne, Ariège et Aude. Mariage en Taxi Anglais est vraiment so British et terriblement londonien. Son look rétro assurera un cachet unique et original à votre mariage. La voiture est spacieuse, pratique pour les belles et voluptueuses robes, et peut accueillir 6 passagers (banquette et strapontins).

## Détente, forme

### ■ CLAUDIO ROSA

**4, cours Bouychères**

09 67 24 08 04

[www.claudiorosa-coiffure.fr](http://www.claudiorosa-coiffure.fr)

[rosa.claudio@orange.fr](mailto:rosa.claudio@orange.fr)

*Sur rendez-vous uniquement.*

Un coiffeur dans un guide touristique ? Et pourquoi pas ! Nous vous proposons de vous faire coiffer par... un champion du monde ! Claudio Rosa est originaire de Tarascon-sur-Ariège et a remporté le championnat du monde au Salon International Coiffure et Beauté de Milan. Cela ne s'était pas vu en Midi-Pyrénées depuis 1965 (Claudio n'était même pas né) ! Son parcours l'a conduit à Toulouse puis à l'Ecole nationale des concours coiffure à Paris. Il mettra ses talents au service de vos cheveux avec professionnalisme et élégance. Il n'est pas un coiffeur mais LE coiffeur, un véritable artiste.

## Sorties

### ■ L'ACHIL CAFÉ

**2, avenue République**

06 73 18 20 80

*Ouvert du mardi au samedi de 12h à 15h et de 19h30 à 23h. Horaires restaurants. Pas de restaurant le samedi midi. Restauration. Animations. Concerts.*

Un disque vinyle en guise de logo pour nous rappeler que dans ce café concert bar tapas vous entendrez du bon rock du temps des 45 et des 33 tours, mais aussi les meilleurs mixes que les DJ locaux ou « étrangers » joueront sur leurs platines. Il y en a pour tous les goûts, il y en a pour tous les genres. La preuve en est : le parrain n'est autre que l'excellent guitariste de flamenco Bernardo Sandoval. Pierre Pagès, le maître des lieux et connu par Terre de Couleurs, a de l'expérience dans le domaine et les nuits toulousaines. Sur 680 m<sup>2</sup>, des programmations diverses, variées et homogènes seront proposées, des groupes, du théâtre, des one man, des DJ, des jeunes talents... Mais ce n'est pas qu'une salle de concert ! On peut s'y restaurer en snack à midi ou en tapas le soir. Un nouveau lieu incontournable à Foix, et en Ariège. *Let there be rock !*

### ■ L'ESTIVE – SCÈNE NATIONALE

**DE FOIX ET DE L'ARIÈGE**

**20, avenue Général-de-Gaulle**

05 61 05 05 55

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

[lestive@lestive.com](mailto:lestive@lestive.com)



*OUVERT toute l'année. Tous les jours. Restauration.*

Plus petite préfecture de France, Foix abrite l'une des trois scènes nationales de Midi-Pyrénées. Elle est maintenant dirigée par Jean-Claude Torrecillas, son Président et Michel Pintenet, son directeur. La salle de spectacle d'une capacité de 650 places diffuse chaque saison, de septembre à mai, théâtre, danse, concerts... et, en tant que cinéma d'arts de la ville de Foix, projette des films récents et de répertoire tout au long de l'année. Régulièrement, des expositions de plasticiens et de

photographes trouvent place dans la salle d'exposition de l'établissement, ainsi que des rencontres littéraires. Un café littéraire accueille régulièrement des auteurs qui viennent débattre de leur dernier ouvrage. La vocation départementale implique la mise en place de nombreuses actions de décentralisation dans les localités de l'Ariège. Avec, entre autres initiatives, la programmation artistique de la salle multimédia de Tarascon-sur-Ariège, l'organisation d'un réseau de cinémas itinérants, Ariège Images, circulant dans 27 villages, et diverses opérations en direction du jeune public.

### ■ NO NAME

**1, avenue Lakanal**

05 61 65 59 93

*Ouvert toute l'année. Tous les jours. Chèque Restaurant.*

*Terrasse. Restauration. Animations. Concerts.*

Pari gagné pour Alain et Morgan, les gérants de l'établissement. Ils ont réussi à faire de leur restaurant-bar-dancefloor LE lieu où il faut être à Foix le soir. Les nombreuses soirées à thème animées par de talentueux DJ amènent une clientèle branchée dans les 200 m<sup>2</sup> de la salle du haut et du sous-sol aménagé pour faire la fête. Bon à savoir, le lieu peut être privatisé et accueillir une soixantaine de personnes assises ou une centaine debout. Parfait pour des anniversaires, fêtes privées, clubs sportifs, etc.

## Emplettes

### ■ BOULANGERIE HÉBRARD

**18, rue Lafaurie**

05 61 65 10 52

*Ouvert du lundi au samedi de 8h à 19h.*

Il y a beaucoup de boulangeries à Foix mais celle-ci brille par son passé, son originalité, et la qualité de son pain. Cette boulangerie existe depuis plus d'un siècle et se caractérise par la devanture en bois telle une échoppe du Moyen Age. La boutique est petite, elle sent bon le pain, les croissants, la farine... L'impression d'un voyage dans le temps est instantanée. Thierry Massat, le boulanger qui depuis 20 ans est aux commandes, œuvre devant la gueule béante de son four à bois de 1901, telle la bête humaine mais ici ce qui en sort n'est que délice et douceurs : pains au levain et viennoiseries cuites au bois et la raviolle (le pain mal foutu), un pain de tradition.

### ■ CALEE NEZ VOUS

**43, rue des Chapeliers**

06 49 25 68 06

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

*Basse saison : ouvert du mardi au samedi de 10h à 19h.*

*Haute saison : du mardi au samedi de 9h à 20h.*

Voilà une boutique qui sent bon et dont le nom résume le concept ! Cocooning, relaxation et parfums suaves... On en perçoit les effluves directement dans la rue. Lætitia a décidé de flatter notre sens olfactif en ouvrant la première savonnerie de la ville. Les huiles essentielles côtoient les savons traditionnels, artisanaux, au lait de chèvre, au lait d'ânesse, à l'huile de noisette, les bougies parfumées ou des bouquets de fleurs... de savon. Pour se faire plaisir, ou pour offrir, passage obligé dans cette boutique !

### ■ CAVES SAINT-VOLUSIEN

**12, rue du 19-Mars-1962**

⌚ 05 34 09 85 23

[www.grandeshalles-saintvolusien.com](http://www.grandeshalles-saintvolusien.com)

[caves.volusien@orange.fr](mailto:caves.volusien@orange.fr)

Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 12h30 et de 14h30 à 19h30.

Depuis 1997, cette incontournable cave fait des heureux dans la région ! Les vins de France sont évidemment représentés, mais les visiteurs les plus curieux pourront découvrir des vins du monde aux saveurs différentes, aux arômes surprenants. Même chose pour les spiritueux, bien représentés, qui proviennent de France et de Navarre, mais aussi des quatre coins du monde. Des idées cadeaux sont également proposées.

### ■ CHARCUTERIE ROUCH

**Place Saint-Volusien**

⌚ 05 61 65 04 62

[www.charcuterie-rouch.fr](http://www.charcuterie-rouch.fr)

[info@charcuterie-rouch.fr](mailto:info@charcuterie-rouch.fr)

Ouvert du mardi au samedi de 7h30 à 12h30 et de 15h30 à 19h30.

En Ariège il y a des « institutions » : le château de Foix, celui de Montségur, la mounjetade, la chasse et la charcuterie Rouch située sur la place Saint-Volusien à Foix. On peut également « charcuter » dans la galerie marchande Leclerc à Foix, Les Pujols, ainsi qu'à Pamiers dans la nouvelle boutique sisé 12 route de Foix. Vous les retrouverez aussi sur les marchés de Tarascon-sur-Ariège, Les Pujols, Mirepoix et Saverdun. Charcuterie traditionnelle depuis 1870, la maison Rouch travaille dans le respect des méthodes ancestrales et l'amour du terroir. La charcuterie (fraîche, sèche et cuite) est totalement confectionnée avec des cochons reçus entiers (provenants du sud-ouest de la France) qui sont ensuite découpés et travaillés par les charcutiers de la maison. La boucherie est exclusivement locale. En effet, les bêtes sont sélectionnées et achetées directement sur pied chez les agriculteurs ariégeois. Ce qui permet une maîtrise totale de l'origine des viandes. De nombreuses fois récompensée pour la qualité de ses produits et de son travail, la charcuterie Rouch élaboré toutes ses charcuteries traditionnelles et spécialités ariégeoises dans son laboratoire agréé aux normes européennes sisé à côté de Foix. Vous vous régalez ainsi avec son jambon du pays ariégeois, son saucisson sous la cendre, ses divers pâtés, cassoulet ou confit de canard. Sans oublier les classiques : la saucisse fraîche (nature ou de foie), le boudin, la saucisse sèche de foie ou le foie gras, dont la recette est un secret de famille bien gardé. Bien qu'attachée à ses traditions, la charcuterie Rouch s'est mise au goût du jour et ainsi, grâce à son site Internet, vous pouvez, pour les malchanceux qui vivent loin de l'Ariège, commander en ligne les plats cuisinés et autres coquonnailles.

### ■ COUTELLERIE SAVIGNAC

**15, rue des Marchands**

⌚ 05 61 02 90 70

[www.couteau-savignac.com](http://www.couteau-savignac.com)

[sarl-savignac@wanadoo.fr](mailto:sarl-savignac@wanadoo.fr)

Ouvert du mardi au samedi de 10h à 12h et de 14h30 à 19h. Livraison possible (vente en ligne).

La maison Savignac est une institution fuxéenne dont l'origine remonte à la deuxième moitié du XVIII<sup>e</sup> siècle. Les ancêtres de la famille étaient des maîtres couteliers et fabriquaient des capucins, couteaux traditionnels, simples et très diffusés à l'époque. De nos jours, le capucin a évolué et est devenu un modèle exclusif, nommé « l'ariégeois ». La coutellerie propose désormais de nombreux modèles mais si vous avez une demande ou un besoin spécifique, vous pouvez faire monter un couteau dont vous aurez choisi le type, le manche et l'acier qui vous conviendront le mieux. En effet, toute la production est locale. Ces créations uniques en France de par le choix proposé, sont de véritables bijoux. Les manches peuvent être en ivoire ou bois de cerf ou en os de mammouth stabilisé (sur commande spéciale) ! Tous ces modèles sont prisés des connaisseurs, des amateurs et bien sûr, des collectionneurs. Découvrez la boutique du centre de Foix ou commandez en ligne sur le site Internet. À découvrir, face à la coutellerie, le magasin dédié aux idées cadeau et aux bons goûts. La coutellerie Savignac fait partie intégrante du patrimoine de l'Ariège.

### ■ DECATHLON

**Sortie 10, Zone Industrielle Foix-Nord**

⌚ 05 61 02 06 30 – [www.decathlon.fr](http://www.decathlon.fr)

[ecouteclients@decathlon.com](mailto:ecouteclients@decathlon.com)



Ouvert du lundi au samedi de 9h à 19h30. Sans interruption. Ce magasin de 4 000 mètres carrés propose des équipements et accessoires pour presque tous les sports et s'est spécialisé dans les sports de nature et de plein air comme le ski, l'alpinisme, la randonnée, l'escalade, la course à pied, la pêche et beaucoup d'autres ! Le magasin offre une large gamme de produits permettant de satisfaire le débutant comme le confirmé. Vous serez conseillé par des pratiquants, véritables spécialistes dans leur catégorie, qui sauront répondre à chacun de vos besoins en fonction de votre pratique. Près de 50 collaborateurs assistent le dynamique directeur Valentin Guérin. Été comme hiver, le magasin se met au rythme des saisons ! Decathlon Foix est le spécialiste du sport en Ariège et a reçu le prix du 2<sup>e</sup> meilleur accueil de France parmi l'ensemble des Décathlon pour ses services aux clients, son accueil et sa disponibilité. Le magasin organise également des soirées à thème, par exemple « Fitness » de 15h à 23h avec une activité différente toutes les heures et son stade pour les futeux ! Plus qu'un magasin, une incontournable pause sportive.

### ■ INTERMARCHÉ

**Route Nationale**

⌚ 05 34 09 80 00

Ouvert du lundi au samedi de 9h à 20h.

L'Intermarché vous accueille aux portes de Foix. Nous sommes maintenant dans un concentré de rayons façon boutiques. Les rayons disposent d'un superbe espace poissonnerie et dans l'ensemble une volonté de faire la place belle aux produits régionaux et aux produits bio. Innovations et nouvelles technologies obligent, vous pouvez faire vos courses directement en ligne et les récupérer au drive du magasin, même pour les produits frais !



# DECATHLON



Retrouvez près de 45 collaborateurs sportifs passionnés au sein de votre plus grand magasin de sport ariégeois pour **vous conseiller sur vos produits sportifs.**



**DECATHLON FOIX 09000 FOIX - RN 20 SORTIE N° 10  
TÉL. 05 61 02 06 30**

## ■ PÂTISSERIE MAZAS

**16, allées de Villote**

**① 05 61 65 01 83 / 05 61 65 53 84**

Ouvert tous les jours et les jours fériés à partir de 8h et jusqu'à 19h30.

La famille est spécialisée dans la pâtisserie depuis bientôt 40 ans et elle connaît bien la recette... Tous les produits sont à base d'ingrédients naturels et de qualité supérieure. Outre les délicieux chocolats maison, elle confectionne de succulentes croustades, forêts noires, bavarois, éclairs, entre autres gourmandises un grand choix de gâteaux. Quel que soit l'événement à fêter, la pâtisserie répond à toutes les demandes de 2 à 800 personnes et personnalise en toute créativité les gâteaux. Mazas s'est fait une remarquable renommée autour du chocolat. Ils sont les seuls à fabriquer le chocolat sur Foix. Ils travaillent notamment avec la société Valrhona, maison fondée en 1922 et aujourd'hui leader mondial du chocolat. Il faut savoir que la maison Mazas écoute une tonne de chocolat lors des fêtes de fin d'année ! Parmi les spécialités, il faut signaler les biscuits maison au Nutella, au coco et à la cannelle et au rayon nouveautés, il faut se précipiter sur les macarons, les sucettes au chocolat, la guimauve... Le choix de petits fours salés et sucrés est impressionnant. Géraldine, Fabrice et Laurent maintiennent cette entreprise au sommet de la qualité et du bon goût, quasiment de l'excellence. Laurent Mazas est également un artiste de la sculpture sur chocolat (forge à martinet, tacot...)

## ■ SAVIGNAC MAISON

**14, rue des Marchands**

**① 05 61 02 90 70 / 05 61 64 92 65**

**sarl-savignac@wanadoo.fr**

Ouvert du mardi au jeudi et le samedi de 10h à 19h ; le vendredi de 9h à 19h.

Savignac Maison est très facile à trouver dans le centre ville de Foix. Tout le monde connaît la coutellerie Savignac... et bien, c'est en face ! Le bâtiment a un charme fou, à la fois moderne, rétro et médiéval. La vitrine est magistrale et l'intérieur est dominée par une belle verrière dans le pur esprit des années folles. Il faut descendre pour plonger dans une cave voutée médiévale qui nous rappelle les racines moyenâgeuse de Foix. Tout est décoré avec goût, à la hauteur des objets proposés et dédiés aux arts de la table. Ici qualité rime avec originalité. Il y a un choix incroyable d'articles et accessoires pour la maison, la décoration dans l'esprit tendance d'aujourd'hui. On note tout de suite une certaine recherche dans les présentations et les mises en espace et situation des produits proposés. Vous cherchez un ustensile de cuisine ménager ou, pourquoi pas professionnel ? Le renard met sa patte au feu que vous le trouverez ici !

## Marchés

### ■ LES GRANDES HALLES SAINT VOLUSIEN

**Labarre**

**12, rue du 19-Mars-1962**

**① 05 34 09 85 23 / 05 34 09 85 20**

**www.grandeshalles-saintvolusien.com**

Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 12h30 et de 14h30 à 19h30.

A 3 minutes du centre-ville de Foix, face au Camping du lac, vous découvrirez deux fois quatre cent mètres carrés consacrés au bien manger et au bien boire. Le stationnement est aisément accessible grâce au grand parking. Côté produits frais produits de terroir, le choix est la qualité : fruits et légumes frais, thés, jus de fruits, confitures, gâteaux, foies gras, chocolats... Côté cave, vins (d'Ariège et d'ailleurs telle la Loire, le Bordelais) du grand cru en bouteille ou du bon vin au détail, alcools (whiskies, eaux de vie françaises). Présent sur place un sommelier, grand connaisseur de whiskies écossais et japonais ! Ses conseils sont précieux pour qui veut accomoder avec talent vins et mets fins (à consommer avec modération, bien entendu).

## ■ INTERMARCHÉ

**Route Nationale**

**① 05 34 09 80 00**

Voir page 96.

## Dans les environs

### Baulou

### ■ RIVIÈRE SOUTERRAINE DE LABOUCHE

**Avenue Labouiche**

**① 05 61 65 04 11**

**www.labouiche.com**

**riviere.labouiche@nordnet.fr**

Fermé du 12 novembre au 30 mars. Basse saison : ouvert tous les jours de 10h à 11h et de 14h à 16h30. Haute saison : tous les jours et les jours fériés à partir de 9h30 et jusqu'à 17h. Du 1<sup>er</sup> octobre au 11 novembre ouvert tous les jours de 14h à 16h, sauf le lundi. Les samedis, dimanches, jours fériés et vacances scolaires ouvert de 10h à 11h15 et de 14h à 16h30. Il est conseillé d'arriver 30 min avant les derniers départs. Adulte : 11,40 €. Enfant : 9,40 €. Groupe : 8,80 €. Chèque Vacances. Restauration. Boutique. Aire de pique-nique, Parking.

« C'est la plus sensationnelle des excursions souterraines », disait d'elle le grand spéléologue Norbert Casteret. Cette visite n'est, en effet, pas commune puisqu'elle se déroule sur près d'un kilomètre et demi... en barque de 12 personnes à 60 mètres sous terre. Labouiche dont le nom vient de buis ("buich" en occitan) est la plus longue rivière souterraine navigable d'Europe. Le parcours exceptionnel vous invite à une croisière insolite et spectaculaire qui vous conduira de salles en galeries où les concrétions et les gours ont enflammé l'imagination de plus d'un de vos guides. La visite guidée et commentée dure 75 minutes environ et s'effectue en deux étapes. La première va en direction de la cascade Salette.

Ensuite, la randonnée se poursuit... à pied, cette fois. Puis, à nouveau après 1 km de navigation à 60 mètres sous terre vous voilà prêt à redécouvrir la lumière du jour et respirer l'air frais via la sortie dite du Fajal. Une découverte de la Venise ariégeoise. Il ne manquait qu'un point de restauration pour que tout soit parfait, c'est désormais le cas. On peut se restaurer de juin à fin août à un prix très raisonnable.

# Un curé, un trésor... en Ariège ?

Il était une fois un curé qui aurait (peut-être) trouvé un trésor et qui a fait des constructions pharaoniques. Non, vous ne vous êtes pas trompé de guide, ce n'est pas l'Aude et le curé de Rennes-le-Château. Nous sommes bien en Ariège et l'abbé Louis de Coma a bâti un monastère étonnant sans que l'on sache comment il a pu le financer. Cet endroit attire toujours quelques chercheurs de trésors et amateurs de mystères. Ce complexe sera dynamité par l'évêché. Il paraîtrait que ce curé aurait eu des relations avec les curés de la Haute Vallée de l'Aude et que ces histoires seraient liées. Il paraîtrait...

## Le Bosc

### ■ AUBERGE LES MYRTILLES

**Col des Marrous**

05 61 65 16 46

[www.auberge-les-myrtilles.com](http://www.auberge-les-myrtilles.com)

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

**Haute saison : ouvert du mardi au samedi de 19h à 20h30 et le soir ; du mardi au dimanche le midi de 12h à 13h30.** Réservation recommandée. Menu unique à 26 € (menu du terroir). Tarifs gîte 180 € pour 2 nuitées. La semaine de 300 € à 550 €. Jardin. Terrasse. Vue panoramique. Toujours le même coup de cœur pour ce chalet montagnard tenu par Grégoire et Caroline Monnot. Doté de 8 chambres tout confort et d'un gîte perdu au milieu des sapins en haut du col des Marrous. Cette auberge forestière, à 1 000 mètres d'altitude, peut s'enorgueillir de son superbe panorama sur les Pyrénées. La salle du restaurant offre un nappage beige, des bougies, la chaleur du bois blond pour une tonalité majeure de raffinement. La cuisine navigue entre les spécialités ariégeoises et savoyardes : cassoulet, confit, azinat, tartiflettes, fondues, croustades, tarte aux myrtilles... Toute l'année, comble de la détente, les résidents peuvent bénéficier de l'accès à la piscine couverte chauffée avec sauna et bain bouillonnant. La décoration intérieure mêle modernité et antiquités aux boiseries de l'Auberge. La décoration des quatre chambres est dans le style « grand-mère » avec gros édredons, lambris... Entre le goût des myrtilles et le parfum des résineux, ce repaire de charme offre une délicieuse pause champêtre.

## Duran-sur-Arize

### Le couvert

#### ■ ENSO DE MARICHOTT -

**LA TABLE PAYSANNE**

**10, carrefour de Ségalas**

05 60 05 98 53

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

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

Fermé du 1<sup>er</sup> septembre au 9 mai. Ouvert du 10 mai au 31 août. Ouvert tous les jours sauf lundi et vendredi midi. Vin au verre. Carte de 11 € à 18 €. Menu le week end. Terrasse.

Cette Table Paysanne menée de main de maître par José et Jean-Luc est bien plus qu'un snack fermier. C'est l'étape idéale sur le tracé de la Voie Verte qui relie Foix à Saint-Girons. Le gourmet, dans un esprit guinguette,

pourra tout à la fois se rafraîchir avec le jus de pommes de la ferme ou la bien connue (et appréciée) limonade de Fontestorbes, et se délecter des produits de la ferme et de l'agriculture locale raisonnée. Ici le canard règne en maître. Le Renard recommande au visiteur de se régaler avec les spécialités proposées par le chef tels que les confits, les foies gras, la garbure, la tartine fermière, tout autant qu'avec les salades exploitant les ressources maraîchères locales, ou les frites fraîches cuites à la graisse de canard... Il appréciera le « Kebcan » tout canard, ainsi que les succulents Chott' Burgers Restaurants, subtils assemblages de viandes de canard ou de bœuf gascon ou de légumes, dans un pain (bun's) de boulanger, avec des accompagnements comme le crumble de foie gras, l'effiloché grillé de canard, la salade braisée du jardin... et une tombée de frites. Ne pas manquer non plus les spectacles à l'affiche, très souvent en occitan, valorisant l'humour du terroir.

VENTE DE PRODUITS  
À LA FERME


Aire de Ségalas  
Enso de Marichott  
Table Paysanne





## Gudas

### CAMPING MILLEFLEURS

Le Tuillier

05 61 60 77 56

[www.camping-millefleurs.com](http://www.camping-millefleurs.com)

millefleurs08@gmail.com



Ouvert d'avril à octobre. Réservation recommandée. Terrain de 28 ha. 40 emplacements (caravanes en location). Exposition : mi-ombragé / ensoleillé. Emplacement + véhicule de 7,50 € à 9 €. Caravanes jusqu'à 2 personnes de 275 € à 315 € la semaine. Électricité : 3,95 €/j – Adulte : 7€-8,50€/j – Enfants 0-3 ans : 2€ : j – Enfants 4-14 ans : 5,50€-6€/j. Jeux pour enfants. Animaux acceptés (2,50€/jour). Wifi. Sauna. Excursions.

L'Ariège et ses mystères. Dans un cadre montagneux, au cœur des Pyrénées, le camping Millefleurs avec ses 40 emplacements flirte avec la beauté des environs. Loin des zones touristiques, à quelques coudées de Foix, ce refuge naturiste géré par un couple adorable, Pascaline et Gaétan, à l'efficacité de vous mettre rapidement en mode « off ». Sur le terrain, il y suffisamment d'espace, en dehors des places créées, pour installer une tente ou une caravane pliante, pour se promener en tenue d'Adam et Ève, se retirer dans un hamac pour lire un livre ou encore profiter du calme et de la nature. 28 hectares de bonheur. Un sauna chauffé par un poêle à bois est mis à disposition pour 20 personnes trois fois par semaine. On observe, on se délecte de l'instant, on vit.

## Montgaillard



### FORGES DE PYRÈNE – VILLAGE INOUBLIÉ

Musée des Vieux Métiers d'autrefois

05 34 09 30 60

[www.forges-de-pyrene.com](http://www.forges-de-pyrene.com)

[info@forges-de-pyrene.com](mailto:info@forges-de-pyrene.com)



Ouvert du 26 mars au 1<sup>er</sup> novembre, du 18 au 23 décembre et du 26 au 30 décembre. Basse saison : ouvert tous les jours de 10h à 18h. Haute saison : tous les jours de 10h à 19h. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 9,50 €. Enfant (de 5 à 18 ans) : 6,50 € (étudiant : 8 €). Pass Famille (2 adultes + 2 enfants) : 27,50 €. Restauration. Boutique. Animations. Chenil gratuit.

120 métiers et 6 500 outils, la plus grande collection des métiers d'autrefois... Les Forges de Pyrène s'offrent à nous comme un livre d'histoire : la vôtre, la nôtre, celle de nos parents et de nos grands-parents. Le musée vivant vous invite à entrer dans le secret des vieux métiers de cette collection unique regroupée autour de plusieurs thématiques : les métiers ambulants, l'agriculture et l'élevage, la vie domestique, l'habitat, l'habillement. Les granges animées vous invitent à découvrir différents ateliers vivants autour de la place du hameau : le forgeron, le sabotier, le pain cuit à l'ancienne, le forgeron... Ici, tout est conçu pour vous simplifier la vie : un grand parking et un chenil gratuit, une aire de pique-nique au bord d'un plan d'eau, un espace de jeux pour les enfants, un

restaurant et même une galerie d'art. Vous découvrirez la dernière forge à martinet en activité : classée monument historique, qui a gardé son aspect d'antan ainsi que son ambiance sombre et mystérieuse. Vieille de 450 ans, avec une existence attestée dès le Moyen Age, la Forge de Montgailhard est à l'origine de la fabrication de barres de fer. À ne pas manquer, la démonstration du fonctionnement de la forge à martinet présentée par Philippe ou son partenaire, toujours avec humour, amour, passion et sympathie. Moment d'émotion aux « Âges de la vie » où Baptiste raconte sa vie d'ariégeois à son arrière-petite-fille. Un voyage dans le temps inoubliable... dans un village inoublié.

## Péreille

### LES JARDINS DE NANIE

Hameau de Rabaute

06 85 74 06 27

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

[lesjardinsdenanie@sfr.fr](mailto:lesjardinsdenanie@sfr.fr)

Ouvert le jeudi de 14h à 19h. Toutes les semaines sur les marchés de Mirepoix, Pamiers, Lavelanet, Cugnaux et Castanet-Tolosan.

Roses rouges, roses jaunes, abricot-menthe mais aussi échalotes et oignons, cynorhodons, mirabelles, fraises, rhubarbe et framboises... Il est difficile de faire son choix tant ces confitures et gelées évoquent les parfums et les saveurs des belles journées ensoleillées ! Naomie les présente dans sa boutique à Rabaute au pied de Montségur mais aussi sur les marchés de Mirepoix, Pamiers, Lavelanet. Chaque semaine elle trouve le temps d'élaborer, pour notre plus grand plaisir, des recettes dont seules nos grands mères avaient le secret. De subtiles associations composent ses chutneys et confits. Passionnée de fruits, plus particulièrement en pâtes mais aussi sous toutes leurs formes (confits, gelés ou en compote), Naomie Morez-Pons cultive, cueille et fabrique de façon naturelle et artisanale les plus fabuleuses compositions que l'on puisse imaginer : pesto d'orties, gelée de Chardonnay ou de vin rouge aux épices pour accompagner le foie gras ou les fromages d'Ariège. Un vrai régal.



## Saint-Jean-de-Verges

### LES 3 BUFFETS

9, route de Varilhes

05 61 01 48 57

Ouvert toute l'année. Tous les jours. 14,50 € du lundi au samedi. 16,50 € les dimanches et jours fériés.

Nouvelle enseigne à Saint-Jean-de-Verges basée sur le même concept que le restaurant éponyme de Tarascon qui fut en son temps le premier du genre en Ariège. Trois buffets en version illimitée : un buffet d'entrées, un buffet de plats chauds et un buffet de desserts. La famille Servat est, bien entendu, toujours aux commandes, ce qui reste un gage de qualité. Le prix unique du repas se règle à l'entrée de l'établissement. La cuisine et les plats proposés sont faits à partir de produits frais et les desserts et les entrées sont 100 % maison. La terrasse est très agréable pour un déjeuner ensoleillé.

# FORGES DE PYRÈNE

LE VILLAGE INOUBLIÉ



UN PARC À THÈME  
POUR TOUTE  
LA FAMILLE !



→ **Tarifs :** à partir de 6,50€

→ **Pass famille :** 27,50€  
(2 adultes + 2 enfants)



**Facebook**  
Forges de Pyrène

Route de Paris  
09330 MONTGAILHARD

Tél. : 05 34 09 30 60

info@forges-de-pyrene.com  
**www.forges-de-pyrene.com**



Un site de la communauté  
d'agglomération Pays Foix-Varilhes

## Saint-Pierre-de-Rivièrē

### ■ LA BARGUILLERRE

**Le village ☎ 05 61 65 14 02**

**www.barguillere.fr**

**contact@barguillere.fr**

*Menus de 23 € à 38 €. Vin au verre. Accueil des groupes (repas sur mesure). Terrasse. Wifi.*

Belle adresse dans la vallée de la Barguillerre sur cette charmante route qui serpente depuis Foix. On est tout de suite happé par chaleur du lieu dont on ressent l'âme. On se croirait chez une amie tellement Anne est accueillante, douce et souriante. En cuisine, Giovanni Cane, un sicilien, un vrai, qui a fait ses preuves dans des établissements ariégeois de renom. L'établissement, classé auberge de pays, est un bar, un hôtel et un restaurant. Sorte d'auberge bistrot, c'est une halte obligatoire pour qui visite cette

belle vallée. La carte des vins donne la part belle aux vin régionaux avec quelques infidélités du côté de l'Italie notamment. L'hôtel propose 10 chambres, coquettes et bien agencées. Nous avons aimé la chambre rouge et ses poutres apparentes (la 9). En saison, vous prendrez votre petit-déjeuner ou vous dinerez sur une agréable terrasse, calme et intime, avec une vue imprenable sur la vallée, en regardant pousser les aromates et les fleurs comestibles utilisés en cuisine par Giovanni. On retrouve le jardin dans l'assiette. Les confitures sont issues de producteurs locaux. L'auberge est également un lieu d'échanges culturels et de rencontres avec des expositions photos, soirée thématique, des concerts et un point de vente des réalisations de l'abbaye du Pesquié. Adresse authentique, naturelle sur tous les plans, véritable lieu de vie et d'animations de la vallée. Nous retiendrons la qualité de la cuisine et de l'accueil souriant. A découvrir car futé !

## LE FOSSAT

Charmante bourgade située sur la Lèze dont le fleuron est l'église Saint-Barthélémy et ses deux tours-clochers. Le village est connu pour être le lieu de naissance du troubadour Aicart del Fossat dont les textes et les notes ont retenti dans le milieu du XIII<sup>e</sup> siècle.

### ■ SPECTACLE SON ET LUMIÈRE

**⌚ 05 61 68 54 07**

Un superbe spectacle son et lumière : la vie quotidienne paysanne dans un village d'Ariège, peu après la Révolution, dans une grande fresque vivante présentée au théâtre de verdure. Les représentations ont lieu sur 4 jours fin juillet et début août.

## Emplettes

### ■ MARCHÉ

*Ouvert le mercredi.*

Le marché se tient les 3<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> mercredis du mois.

### ■ Dans les environs

## Artigat

Ce village, situé sur la route qui va de Foix à Toulouse, par la vallée de la Lèze, fut le berceau de deux personnalités illustres.

Le premier est Martin Guerre dont la littérature et le cinéma, avec Gérard Depardieu, ont raconté l'extraordinaire aventure, celle d'un homme que l'on croyait mort à la guerre et qui « ressuscita ». Le second, beaucoup moins connu, est Octave Crémazie (1827-1879), dont l'arrière-grand-père, Jacques Crémazie, est né à Artigat en 1735. Ce poète est considéré comme « le père de la poésie canadienne française ». Un des plus grands boulevards de Montréal porte son nom. Artigat possède une piscine et un camping municipal, ouverts l'été et idéalement situés au bord de la Lèze. L'été, de nombreuses animations enflamment ce paisible village, notamment les fêtes du 15 août.

### ■ CAMPING LES EYCHECADOUS\*\*

**2, route du camping ☎ 0567445165**

**www.camping-artigat.com**

**campingartigat@hotmail.fr**



*39 emplacements. Sol : herbeux. Emplacement + véhicule + 2 personnes. 4 bungalows pour 4 personnes de 180 € à 340 € la semaine ; 4 mobil-homes pour 5 à 6 personnes de 180 € à 530 € ; 2 bungalows pour 5 à 6 personnes de 210 € à 380 €. 2 tentes safari 4/5 personnes de 230 € à 450 €. Emplacement camping 2 personnes, tente ou caravane, électricité/jour : 17,50 €. Forfait CC 2 personnes/jour sans électricité : 11 €. Forfait routard 1 personne, 1 véhicule/jour : 9 €. Chèque Vacances. Salle de bains pour bébés. Aire pour camping-cars. Restauration (sur réservation ; assiettes de 6 € à 15 €). Vente (boucher tous les mercredis, pains et croissants frais le matin).*

Frantz et sa compagne Claudine, vous accueillent aux Eychecados, un véritable camping loin du tourisme industriel et des terrains gigantesques. Situé en pleine nature, dans un petit paradis en bordure de la Lèze, c'est un lieu idéal pour se retrouver en famille ou entre amis dans la vraie tradition du camping familial pour des vacances calmes et conviviales, alliant repos et découverte de l'Ariège. Vous serez bercés jour et nuit par le chant des oiseaux, le murmure des grillons et par le clapotis de la rivière. Si vous êtes passionnés par la pêche, vous êtes à l'endroit rêvé car le camping est affilié à la fédération de pêche et vous proposera la vente de cartes de pêche et d'appâts. Le camping est également partenaire de la FFCC et propose des réductions à ses adhérents. Un camping « à l'ancienne », très moderne, pour des vacances de repos et de découverte.

### ■ DOMAINE DE MAÎTRE LOZES

**12, rue des Colombages**

**⌚ 05 61 68 55 34**

**www.maitreloze.com**

**maitreloze@orange.fr**

*3 chambres. Chambre simple à partir de 60 € ; chambre double à partir de 65 €. Petit déjeuner inclus. Lit supplémentaire : 10 €. Restauration (table d'hôte 25 €).*

PARCE QUE VOUS ÊTES  
**UNIQUE ...**

... VOUS RÉVIEZ D'UN GUIDE  
**SUR MESURE**



A VOUS DE JOUER !

**my petit fute**  
mon guide sur mesure

[WWW.MYPETITFUTE.COM](http://WWW.MYPETITFUTE.COM)

Artigat est bien évidemment connu pour l'histoire de Martin Guerre, de retour de cette dernière justement, que l'on croyait mort et qui s'est révélé être un usurpateur d'identité. Mais connaissez-vous maître Loze, notaire et maire d'Artigat à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle ? C'est dans sa superbe maison que vous logerez, accueillis par Gilles et Pierre. Ils vous proposent trois chambres décorées avec goût dans un style plutôt champêtre. Table d'hôte à base de spécialités et de produits régionaux servis sous une agréable tonnelle en été.

## Durfort

### ■ CAMPING LE BOURDIEU

Lieu-dit le Bourdieu ☎ 05 61 67 30 17

[lebourdieu@wanadoo.fr](mailto:lebourdieu@wanadoo.fr)



Ouvert toute l'année. Locations ouvertes de Paques à Toussaint. Réservation recommandée. 39 emplacements. Emplacement + véhicule + 2 personnes (avec 6 A) à partir de 56 €. Bungalows pour 2 personnes de 157 € à 385 € la semaine ; bungalows pour 5 personnes de 227 € à 623 €. Chèque Vacances.

Dans cette ancienne ferme transformée en site de villégiature pour votre plus grand bonheur, vous vivrez des instants de détente et de loisirs dans un cadre campagnard, chaleureux et authentique, avec vue imprenable sur les Pyrénées et ses stations de ski hivernales. Le boulodrome du site ravira les adeptes de la pétanque, tandis que les autres, petits et grands, pourront participer aux animations et visites guidées proposées. Le camping le Bourdieu vous offre un lieu de vacance intemporel, grâce à son cadre provincial façonné par une architecture traditionnelle caractéristique de l'Ariège. Et aussi : épicerie, snack, bar, restaurant à 6 km, tabac, golf, tennis à 3,5 km. Salle à louer d'une capacité de 100 personnes avec service traiteur pour banquets, baptêmes, mariage... l'avantage ici on dort sur place après la fête dans les chalets ou mobile home, futé non ? Quatre campings et un complexe de gîtes pour vivre idéalement vos vacances ! Organisez votre séjour en Ariège sur [www.vacance-ariege-pyrenees.com](http://www.vacance-ariege-pyrenees.com) ou à la centrale de réservation au ☎ 05 61 60 09 09.

## Lézat-sur-Lèze

### ■ GÎTE DE LAMARTINE

Lamartine

⌚ 05 61 69 17 77 / 06 11 45 26 41

[alain.dedieu4@wanadoo.fr](mailto:alain.dedieu4@wanadoo.fr)

Ouvert toute l'année. Pour 6 personnes (96 m<sup>2</sup>, 3 chambres). De 390 € à 590 € la semaine selon saison. Week-end 220 € sauf en haute saison. CB non acceptée.

Le gîte rural Lamartine se situe dans une très ancienne métairie entièrement rénovée, au cœur d'un corps de ferme, au calme absolu, surplombant un lac collinaire. Vous profiterez d'un site panoramique exceptionnel sur la vallée de la Lèze. Le gîte peut accueillir 6 personnes sur une surface de 96 mètres carrés et dispose en outre de 3 chambres à la décoration moderne et soignée. À l'extérieur, un espace aménagé est réservé aux grillades et à la détente et une belle terrasse avec salon de jardin pour des moments familiaux ou conviviaux.

### ■ DOMAINE DE LASTRONQUES

Lastronques

⌚ 05 61 69 12 13

Ouvert le samedi de 9h30 à 12h30.

Autre région ariégeoise, autre producteur, autres vins. Nous voici chez la famille Zeller, dans leur domaine viticole de 13 hectares. Andréa et Christian produisent sur les coteaux argilo-calcaires de la vallée de la Lèze, face aux Pyrénées, des vins rouges, blancs et rosés. Toute leur agriculture viticole est en culture raisonnée en respectant totalement l'environnement et en pratiquant le lagunage pour traiter les eaux grises du chai. Tout au long de l'année, le domaine organise ou participe à des événements et animations, des foires, des marchés ou différents salons régionaux. Les productions du vignoble sont distribuées à la cave mais également dans les commerces et grandes surfaces de la région. Renard apprécie particulièrement le rosé et le blanc du domaine, avec modération bien entendu !

## Montégut-Plantaurel

C'est un village de 270 habitants, sur la route de la vallée de la Lèze, qui abrite un curieux monument, l'Archétype Agora. Celui-ci rappelle qu'il existe, de par le monde, d'innombrables prisonniers d'opinion. Il se compose d'un Carré de béton blanc de dix mètres sur dix, avec une sphère brisée en son centre. Sur les faces intérieures des murs blancs, soixante petites plaques portent chacune le nom d'un prisonnier d'opinion. Son créateur, le sculpteur Christian Louis, a réalisé cette œuvre pour Amnesty International. Un monument original, un symbole universel et l'occasion de méditer sur le plus précieux des biens, la liberté.

### ■ CHÂTEAU DE LA HILLE

⌚ 06 75 69 46 50 / 05 61 67 34 94

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

[cmp.raluy@free.fr](mailto:cmp.raluy@free.fr)

Ouvert toute l'année. Chambre simple 70 € ; chambre double 80 €. Petit déjeuner inclus. Lit supplémentaire : 25 €.

Qui n'a jamais rêvé de vivre au temps des Chevaliers et des damoiselles ? Votre rêve peut encore devenir réalité ou presque. Pour cela, rien de plus simple. Il faut vous rendre dans le parc du Château de la Hille situé à 4 km de Pailhès, où sont installées des chambres d'hôtes. La Carrossière est le bâtiment annexe du château dans lequel cohabitaient en parfaite harmonie au XIX<sup>e</sup> siècle les fermiers, les chevaux et les calèches. Aujourd'hui réhabilitée, en plus des 3 grandes chambres de caractère dont 2 avec suite, une salle de réception de 110 mètres carrés équipée et également au caractère préservé. Vous aurez le privilège de jouir de la vue d'un monument inestimable datant du XVI<sup>e</sup> siècle et sachez que, dans ce décor, vous serez le roi. Les amateurs de sport auront l'embarras du choix : pêche en rivière sur place avec, non loin de là, tennis, équitation, plan d'eau et golf. Pendant la deuxième guerre mondiale, ce château a été un des centres du Secours aux enfants créés par la Croix Rouge Suisse, pour tenter de sauver des enfants juifs. Leur histoire a été racontée par Sebastian Steiger dans « Les enfants du château de la Hille ».

# Isidore de Latour Saint-Ybars

Jean, Louis, Isidore Latour de Saint-Ybars, dit Latour de Saint-Ybars, poète, historien et auteur dramatique, né le 20 mars 1807 et mort à Saint-Ybars, en 1891. Homme de loi, diplômé de la faculté de droit de Toulouse. En 1833, Isidore Latour de Saint-Ybars obtient le Souci réservé d'argent de l'académie des Jeux Floraux de Toulouse. En 1838, pour une ode, « L'Invasion des barbares », il obtient un Lis réservé d'argent. Il est l'auteur de pièces de théâtre, dont *Vallia*, tragédie en cinq actes représentée pour la première fois sur le Théâtre français de Paris, le 27 septembre 1841, dont la scène se passe dans un couvent de Foix, et d'une biographie historique, *Neron, sa vie, son époque*, en 1867. En avril 1834, alors que plusieurs villes de France connaissent une situation quasi insurrectionnelle, la chambre des députés vote une loi, contre laquelle Isidore de Latour s'insurge, comme nombre de députés, parmi lesquels Alphonse de Lamartine et Jean-Pierre Pagès, député ariégeois, qui déclamera à cette occasion : « Je désobéirai à votre loi pour obéir à ma conscience. »

## ■ LES TERROIRS DU PLANTAUREL

### Sabarthes

④ 05 61 05 33 33

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

Ouvert du lundi au samedi.

Des éleveurs-producteurs vous proposent des conserves élaborées artisanalement, des produits frais et des plats cuisinés. Volailles et canards sont élevés au grain, selon la tradition, et abattus et traités sur place dans des installations agréées et conformes aux plus récentes normes. On dispose d'un large éventail de choix : de nombreux pâtés au porc, sanglier, lapin ou de chevreuil ; pour les plats cuisinés on trouve des recettes telles que du cassoulet, azinat, civet de cerf, rôti de magret de canard confit au foie gras. A signaler parmi les nouveaux produits : foie gras aux figues, salmis de pigeon, cuisse de canard désossée farcie sauce aux raisins ou sauce à l'orange. Il existe de jolies mallettes cadeaux fort abordables, notamment des coffrets de vins ariégeois des trois cuvées suivantes : Les Vignals, La Guillaté rouge et rosé. Ces vins sont issus d'une sélection de cépages adaptés au terroir pour des arômes puissants, riches et fruités.

## Saint-Ybars

Village, juché sur les coteaux du Terrefort, domine la vallée de la Lèze. Saint-Ybars est un ancien lieu de peuplement gallo-romain devenu au Moyen Age la petite cité de Villa Saint-Eparci, en l'honneur de saint Eparche. Une statue de ce dernier en pierre polychrome du XV<sup>e</sup> siècle figure au-dessus de l'église, mêlant les styles de l'art roman et gothique. L'église fut fortifiée au XIII<sup>e</sup> siècle, son ancien donjon carré fut remplacé par un clocher hexagonal, identique à celui des Augustins de Toulouse en 1527. La dernière tour de l'ancien château de Saint-Ybars, construit au XIII<sup>e</sup> siècle par Roger IV, a disparu en 1842 et ses pierres ont servi à l'édification de l'actuelle mairie. En 1961, on a procédé dans l'église au décapage des fresques du XIV<sup>e</sup> siècle qui illustre l'évangile apocryphe de la nativité de Marie, mettant en scène la Vierge et sainte Anne.

## ■ AUBERGE LE PÉRISSÉ

### Toulza, Route de Gaillac

④ 05 61 69 18 42

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

Ouvert toute l'année. Basse saison : du jeudi au dimanche le midi et le soir. Réservation recommandée. Menus de 21 €

à 28 €. Formule du midi : 14 € (du lundi au vendredi à midi). Accueil des groupes. Terrasse.

Auberge « coup de cœur », en pleine campagne, à 1 km environ du village. Vous entrerez dans un univers champêtre environné par les charmes extérieurs de la campagne. On y déguste une cuisine régionale en gardant un esprit d'authenticité avec une cuisine élaborée, soignée et moderne. Bruno et Xavière (et leur chef Franck) ont réussi une belle montée en gamme du restaurant que ce soit côté cuisine ou déco en conservant un bon rapport qualité-prix. Accueil de groupes, mariages, baptêmes, cet établissement vaut le détour aussi bien pour l'accueil, l'environnement que pour la qualité des plats qui vous sont proposés. Possibilité de manger en terrasse sous le regard des Pyrénées.

## ■ LOCATION DE CHALETS

### Mairie

④ 05 61 69 18 04 / 06 16 44 85 92

[www.saint-ybars.fr](http://www.saint-ybars.fr)

[mairie.saintybars@saint-ybars.fr](mailto:mairie.saintybars@saint-ybars.fr)

Ouvert toute l'année. De 165 € à 350 € la semaine selon saison. Location au mois, hors saison, 460 €. La nuitée 50 €. Chèque Vacances.

Dans un écrin de verdure et devant un lac de sept hectares (où les carpes foisonnent), sept chalets aménagés pour de la location saisonnière vous permettront de découvrir la vallée de la Lèze ainsi que l'Ariège (grotte du Mas d'Azil, le musée de la Préhistoire, grotte de Niaux, les mines de talc à Luzenac : les plus grandes en Europe) et bien d'autres sites. Chalets tout confort, cosy, en pleine nature.

## ■ MARCHÉ

Ouvert le mercredi.

Le 4<sup>e</sup> mercredi du mois.

## ■ LES REMPARTS

### 37, rue Mage-d'en-Haut

④ 05 61 65 83 54 / 05 61 67 57 21

[www.remparts.eu](http://www.remparts.eu)

[ben@urobech.com](mailto:ben@urobech.com)



Ouvert toute l'année. Pour 18 personnes (8 chambres). De 2 200 € à 3 300 € la semaine selon saison. Week-end de 3 nuits 1 700 €. Wifi gratuit. Salon de jardin, lave-linge, séche-linge, lave-vaisselle. Tv satellite.

Imposante bâtie fortifiée du XIII<sup>e</sup> siècle, restaurée avec goût et luxueusement aménagée. C'est une maison de charme parfaite pour des vacances originales en Ariège. L'endroit est idéal pour se détendre ou célébrer un événement. Meurtrières, murs d'un mètre d'épaisseur, anciennes douves transformées en piscine de marbre, murs à colombages... Ici tout est charme, restaura-

tions faites avec goût et respect du patrimoine dans un luxe fin qui sied parfaitement à ce type d'établissement. 8 chambres, 8 salles de bains pouvant accueillir 18 personnes. Deux cuisines luxueusement équipées sont également à votre disposition. Outre la superbe piscine, la maison dispose de sa propre salle de cinéma. Etablissement de luxe pour vacances de charme.

## LAVELANET

Lavelanet, *Avelana* en occitan, au cœur de l'antique pays d'Olmes, est le fief du textile malgré les assauts répétés de la crise économique qui ont frappé cette région de plein fouet. La tradition du textile marque de longue date le pays d'Olmes puisqu'elle remonte au tout début de notre ère. La première machine à carder est importée à Lavelanet en 1796 grâce à Pascal Dumons. 30 usines et 400 métiers à tisser tournaient en 1934. 30 fabriques de draps, 28 filatures et 800 métiers à tisser fonctionnaient. En 1960, ce sont 1 370 métiers à tisser qui tournaient à plein rendement. Au temps des Cathares, déjà près d'une centaine de 90 tisserands s'affairaient à la tâche. D'ailleurs, on appelait le chemin des Tisserands la route pavée qui descendait de Montségur à Lavelanet. Les Bonhommes travaillaient comme tisserands dans le village et descendaient à dos de mulet jusqu'à la capitale du pays d'Olmes. Parmi les monuments intéressants, figure l'église de l'Assomption, un vaste vaisseau gothique à quatre travées avec un choeur octogonal. Mady de la Giraudière, peintre naïf de grand talent et native de Lavelanet, a représenté les différentes stations du chemin de croix. Voir aussi l'église de Saint-Sernin de Bensa, dans le quartier du même nom qui était, au Moyen Age, une possession de Saint-Sernin de Toulouse. Petit marché tous les mercredis matin (sous le marché couvert).

Grand marché et foire sur l'esplanade de la Concorde, la place Jeanne-d'Arc et le marché couvert, tous les vendredis matin. En juillet, retrouvez les fêtes historiques de Lavelanet, en août Fest'vart chanson et le dernier week-end de septembre la fête de la Noisette.

**■ AGENCE INTERCOMMUNALE DU TOURISME – MAISON DE LAVELANET**  
**32, rue Jean-Jaurès**  
**④ 05 61 01 22 20**  
**[www.paysdolmes.org](http://www.paysdolmes.org)**  
**[tourisme.lavelanet@paydolmes.org](mailto:tourisme.lavelanet@paydolmes.org)**

*OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 9H À 12H ET DE 14H À 18H. ET LE DIMANCHE MATIN AINSI QUE LES JOURS FÉRIÉS EN JUILLET ET AOÛT.*

Au cœur du Pays des Pyrénées Cathares, couronné par le château de Montségur, lové au pied du Massif de Tabe, et derrière la crête du Plantaurel, appelé aussi «les petites Pyrénées», ici, la nature et l'histoire se sont conjuguées pour créer des sites grandioses et des lieux évocateurs des siècles passés. Les souriantes hôtesses de l'agence de tourisme de Lavelanet sauront vous guider, au gré des saisons, pour découvrir hébergements et gastronomie, sites historiques et naturels, artisanat, et loisirs dans ce pays d'Art et d'Histoire.

► **Autres adresses :** Place de la Montagne – Montferrier – ④ 05 61 01 14 14 • Route de Fougax-et-Barrineuf – Belesta-Fontestorbes – ④ 05 61 64 40 62

## Points d'intérêt

**■ MUSÉE DU TEXTILE  
 ET DU PEIGNE EN CORNE**  
**65, rue Jean-canal**  
**④ 05 61 03 01 34 / 05 61 03 89 19**  
**[www.museedutextilearriege.fr](http://www.museedutextilearriege.fr)**  
**[museedutextile@gmail.com](mailto:museedutextile@gmail.com)**



*Fermé le 1<sup>er</sup> mai et du 5 novembre au 9 avril. Basse saison : ouvert du mardi au dimanche de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours de 14h à 19h. Ouvert tous les jours sauf le lundi. Pour les groupes ouvert toute l'année sur réservation uniquement. Gratuit jusqu'à 7 ans. Adulte : 6 €. Enfant (de 7 à 12 ans) : 4 €. Groupe (15 personnes) : 5 € (groupe enfants 4 €). Ateliers de créations textiles : Adulte 26 €, enfant à partir de 8 ans 24 €. Chèque Vacances. Filature, tissage, tricotage, apprêts, teinture, peigne en corne, tels sont les différents départements de ce musée installé dans une ancienne manufacture de draps.*

## Voie verte en Pyrénées cathares

Le chemin des Filatiers, c'est le nom donné aujourd'hui à cette « Voie Verte », aménagée sur l'emprise de l'ancienne voie ferrée, qui desservait Mirepoix-Chalabre-Lavelanet rattachant la vallée industrielle de l'Hers au réseau ferroviaire national. Destinée seulement aux piétons, aux cavaliers et aux vélos, elle permet des balades magnifiques : les paysages sont variés, et la Voie Verte dessert le lac de Montbel et des villages et bastides touristiques comme Chalabre, Camon et Mirepoix. 38 km de Lavelanet à Mirepoix en passant par Laroque-d'Olmes, La Bastide-sur-l'Hers, Le Peyrat, Sainte-Colombe-sur-l'Hers, Chalabre, Sonnac-sur-l'Hers, Camon, Lagarde, Tréziers et Moulin-Neuf. Des panneaux posés en bordure de la voie décrivent l'histoire des villes et villages à proximité. Une façon originale de découvrir cette partie de l'Ariège.

# Mady de la Giraudière

Bien que née à Toulouse, « par accident », Mady de la Giraudière a passé son enfance à Lavelanet, son père étant natif de Montségur et sa mère de l'Aude voisine. Dès l'âge de cinq-six ans, le virus du dessin et de la peinture va l'envahir, pour ne plus jamais la quitter. Ne pouvant pas rentrer aux Beaux-Arts, en raison du veto de son père, elle va donc travailler toute seule.

Vers 1955, Mady rencontre Anatole Jakovsky, « le pape des Naïfs ». Cette qualification va désormais rester attachée à l'ensemble de ses œuvres. Quelques années plus tard, c'est la première exposition réalisée à Paris consacrée à un seul peintre naïf, en l'occurrence Mady de la Giraudière. C'est un véritable événement. Après plus de 60 ans de travail et des expositions à New York, Rome, Bâle, Paris, Toulouse, Nice, après avoir parcouru *Un si long chemin* (titre d'un de ses ouvrages), Mady de la Giraudière est considérée par les critiques d'art comme l'un des grands peintres contemporains. Elle a quitté son beau pays d'Olmes en 2018.

Ce Musée du Textile et du Peigne en corne nous conte l'histoire de ces deux activités traditionnelles en Pays d'Olmes. Le visiteur découvrira la reconstitution d'une filature de montagne du début du XIX<sup>e</sup> siècle, d'anciennes machines (dont certaines fonctionnent encore) ainsi que le travail du jais, du peigne en corne et des documents sur la mémoire ouvrière du Pays d'Olmes. Désormais, le lieu s'est agrémenté d'un jardin de plantes textiles. Cette visite instructive permet de découvrir l'activité majeure de toute une région depuis la Révolution. Une jolie boutique d'articles textiles et de peignes en corne vous séduira pour des idées cadeaux. En pleine restructuration, le musée s'enorgueillit aujourd'hui d'accueillir dans tous ses espaces les personnes à mobilité réduite.

## Le couvert

### À TABLE

**63, avenue Léon-Blum**

05 61 64 61 73



Fermé du 15 au 31 août et du 15 au 31 décembre. Ouvert du lundi au samedi le midi. Formule du midi : 15 € (entrée, plat, dessert, café, 25 cl de vin). Plat du jour 11 €. Entrée + plat ou plat + dessert : 13,50 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Terrasse.

C'est juste à l'entrée de Lavelanet, sur la droite en venant de Foix. C'est un vrai succès puisque plus de soixante couverts sont régulièrement servis à midi. Si la cuisine reste traditionnelle, elle offre un bel équilibre de viandes et de poissons et toujours dans la qualité et le sérieux. Patrick, tonique et attentionné en salle et en cuisine Corinne, prévenante et efficace. Les nombreux plats au choix changent très souvent et toutes les préparations et tous les desserts sont faits maison. La cuisine est élaborée sur une base de produits frais et locaux. Le plaisir de la gastronomie est renforcé par la déco dans des teintes jaune-oranger, ainsi que de vraies nappes et de vraies serviettes dans une grande salle aux deux arches. À suivre impérativement, la page Facebook du restaurant qui, tous les jours, presque heure par heure, montre l'avancée des préparatifs du déjeuner. Pratique aussi pour avoir le menu du jour. Original et dans l'esprit de l'établissement. Il est l'heure : à table !

### RESTAURANT 3 BONHEURS

**20, place Albert Gabarrou**

05 61 01 75 70

Ouvert du lundi au samedi le midi et le soir. Formule du midi : 12 €. Accueil des groupes. Terrasse.

Le grand bâtiment, et ses trois baies vitrées, se situe dans le rond-point qui fait le tour de la place Albert Gabarrou. Seul le panneau jaune sur la façade informe de la présence d'un restaurant asiatique. A midi le buffet à volonté propose des spécialités asiatiques qui côtoient les charcuteries ariégeoises et autres crudités et il en est de même pour les plats principaux. Le porc sauce thaï sera en concurrence avec un délicieux civet de sanglier ou un cassoulet. Tout est bon, fait avec talent. Mais qui sont ces fameux 3 bonheurs ? Ce sont les 3 sages chinois : Fuk (dieu de la haute dignité sociale et de l'abondance), Luk (dieu de la richesse, de la prospérité et du bonheur) et Sau (le dieu de la longévité et de la santé).

### LE ROND POINT

**22, place Albert Gabarrou**

NOUVEAU

05 61 02 99 90 / 07 50 07 31 21

lerond-point@orange.fr

Ouvert du mardi au dimanche le midi de 12h à 14h ; du mercredi au samedi le soir de 19h30 à 21h30. Menus de 12 € à 17,50 €. Plat du jour : 8 €.

Le grand rond-point du centre de Lavelanet accueille désormais un nouvel établissement à la façade rouge et au nom explicite : le Rond-Point. La décoration est sobre et suffisante. La salle est tout en longueur avec des murs rouges et des fauteuils noirs. Au fond le bar où trône le propriétaire des lieux qui, aidé de son épouse et d'un chef en cuisine, participe au service et sait conseiller avec beaucoup de sympathie les clients au sujet des plats ou des vins à choisir car la carte des vins est intéressante par sa découverte régionale. Nous avons bien sûr les vins d'Ariège qui côtoient des vins trop souvent ignorés comme le gaillac, les vins du Tarn, de la Malepère ou du Minervois... La cuisine est délicieuse, variée (le menu change trois fois par semaine), et les produits sont frais, du terroir et toujours de qualité. Les végétariens ne sont bien entendu pas oubliés dans le choix des menus. Un rond-point à ne point rater lors d'un passage à Lavelanet.

### ■ LA TOUR CATHARE

**9, rue René Cassin ☎ 05 61 01 43 68**

Ouvert le lundi de 11h à 20h ; le jeudi et le dimanche de 11h à 21h ; le vendredi de 9h à 21h ; le samedi de 11h à 22h. Cuisine fermée à 15h30. Réservation recommandée. Fish and chips de 10 € à 15 €, Saucisses+frites 10 €, Pie and chips 12 €. Terrasse.

Fish and chips, english breakfast... non vous ne vous êtes pas trompé d'édition, nous sommes bien dans la version française du Petit Futé et non pas le « fox » du « little smart »... Cette tour cathare n'a rien d'une tour ni même de cathare mais brille par son originalité. Ici vous dégusterez ce que la Grande-Bretagne a fait de mieux en matière culinaire, à savoir le petit déjeuner anglais (selon Somerset Maugham) et le poisson frit accompagné de délicieuses frites. Vous pourrez également vous rafraîchir de pintes en regardant les matches de foot ou de rugby dans une ambiance festive et amicale. Enjoy !

## Le gîte

### Gîtes

#### ■ FERME DE GREOULOU

**Hameau de Gréoulo ☎ 05 61 01 80 98**

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

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

Ouvert toute l'année. Pour 4 personnes (50 m<sup>2</sup>, 1 chambre). De 290 € à 400 € la semaine selon saison. Hors vacances scolaires, le week-end (2 nuits) : 130 € ; la nuitée supplémentaire : 65 €.

Gîte rural au sein de la ferme où les produits sont élaborés à partir d'animaux élevés dans la tradition, vous pourrez trouver sur place ou par leur boutique en ligne : saucisson 100 % canard, foie gras entier, rillettes de canard aux raisins et à l'armagnac et tant d'autres délices. Le gîte est cosy, dans un ancien bâtiment de la ferme. D'une surface de 50 m<sup>2</sup>, il peut accueillir de 2 à 4 personnes.

### Campings

#### ■ LE PRÉ CATHARE

**Rue Jacquard**

**⌚ 05 61 01 55 54 / 06 83 36 94 30**

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

[leprecathare@orange.fr](mailto:leprecathare@orange.fr)



Fermé du 1<sup>er</sup> novembre au 14 mars. Réservation recommandée. Terrain de 2 ha. 75 emplacements. Exposition : ombragé / mi-ombragé. Sol : herbeux. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 8 € à 19 €. Jeux pour enfants. Animaux acceptés (carnet de santé à jour, 2 €). Aire pour camping-cars.

Campé en pleine région cathare à deux pas du château de Montségur, ce camping trois étoiles compte 75 emplacements en sol herbeux, grand confort, dispersés sur 2 hectares. Il est notamment doté d'installations pour handicapés. Un ensemble d'équipements de loisirs est à disposition : bibliothèque, piscine, boulodrome, table de ping-pong et nombreuses animations sont organisées au cours de la semaine pour vous permettre de passer de

vraies vacances en vous laissant guider. Côté pratique : une machine à laver pour faire la grande lessive. Il existe aussi un point chaud pour se restaurer sur place ou pour emporter et déguster dans sa tente ou son camping-car. Emplacements caravane/camping-car, tentes, mobile homes (4/6 couchages), chalets norvégiens (4 couchages). Venez vous ressourcer en Pays d'Olmes au cœur du Pays Cathare ; ici tout est nature, authentique et convivial. Vous découvrirez à pied, à vélo, ou tout simplement en voiture les exceptionnelles richesses naturelles, historiques de ce terroir préservé.

## Loisirs

#### ■ LES MONTS D'OLMES – STATION DE SKI

**1, place Henri-Durant**

**⌚ 05 61 03 89 06**

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

[Tourisme.lavelanet@paysdolmes.org](mailto:Tourisme.lavelanet@paysdolmes.org)

Ouvert toute l'année. Tarifs des remontées mécaniques à consulter sur le site Internet car variant selon la saison et l'âge des clients.

A seulement 1h30 de Toulouse ou de Carcassonne, les monts d'Olmes disposent d'un enneigement conséquent agrémenté d'une batterie de canons à neige. Les pistes sont courtes mais intéressantes techniquement et très agréables. Idéale pour le ski ou le surf grâce à des aménagements qui raviront les snowboarders. La station dispose d'un site Internet relativement mis à jour mais la partie recharge des cartes forfaits n'a jamais correctement fonctionné quand nous la sollicitions. Il en est de même pour les bornes de recharge dans la station. Accueil très sympa et très patient des caissières. Mention spéciale pour l'équipe des moniteurs. Une station que l'on aime pour son côté familial. En été, les activités ne manquent pas non plus : descente tyrolienne en VTT, arapako à tester pour aventuriers agueris... Pas de quoi s'ennuyer ! Eté comme hiver, découvrez les pistes bleues, rouges et noires, dans un cadre naturel grandiose.

## Emplettes

#### ■ FERME DE GREOULOU

**Hameau de Gréoulo ☎ 05 61 01 80 98**

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

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

Ouvert tous les jours.

Ce couple d'agriculteurs-éleveurs transforme toute la production sur place dans son laboratoire. L'exploitation de 16 hectares, créée en 1982, est implantée sur un vaste domaine de 70 hectares couverts de forêts et de landes. Et les produits de la ferme à base de canards, poulets, pintades, lapins, porcs et agneaux sont régulièrement présentés et dégustés au Salon de l'Agriculture de Paris. Le foie gras reste le produit de tête. Parmi les spécialités culinaires : magret fumé, cassoulet, saucisson 100 % canard, rillettes de canard aux raisins et à l'armagnac, pintade sauce chasseur, coq au vin, confit de lapin. Pour garder leur saveur d'origine, les conserves sont mises en bocaux de verre, sans colorant ni conservateur. La maison confectionne des colis fermiers conditionnés avec élégance

dans des coffrets, des paniers ou des caisses en bois. Vente par correspondance et en ligne. Présents sur le marché de Lavelanet. Le Gréoulot c'est aussi un gîte rural.

### ■ LE GRAND BISON

**70 bis, avenue du Maréchal-Joffre**

© 06 74 92 64 97 – [www.legrandbison.fr](http://www.legrandbison.fr)

[marie@legrandbison.fr](mailto:marie@legrandbison.fr)

Bouteille de 33 cl : 2 €, bouteille de 75 cl : 4,20 €.

Voilà une brasserie en Ariège dont le nom rappelle forcément le grand bison peint dans la grotte de Niaux. C'est un choix de Marie Guera, la brasseuse des lieux, en hommage à l'émotion provoquée par ce bison dans son enfance. La bière proposée est artisanale et faite avec des matières premières issues de l'agriculture biologique (malt, houblon et sucre). La certification bio est toujours en cours. Six bières sont élaborées (qu'il faut consommer avec modération) : la toute dernière la Pimprenelle, la Perce-neige, la CroMignone, la Tribale, la Fontilla et la Flambeuse, une dorée, une blonde et une ambrée. La bière est bien sûr, disponible à la brasserie, mais aussi dans des caves et boutiques et peut également être dégustée dans de nombreux restaurants. Cette brasserie est devenue en deux ans une référence ariégeoise, tout comme ce magnifique bison, mondialement connu.

## Marchés

### ■ GRAND MARCHÉ ET FOIRE

Sur l'esplanade de la Concorde, la place Jeanne-d'Arc et le marché couvert, tous les vendredis, le matin.

### ■ PETIT MARCHÉ

Tous les mercredis matin (sous le marché couvert).

Marché agréable avec de vrais producteurs locaux et des prix différents du marché de Mirepoix, bien plus raisonnables.

## Dans les environs

Et si vous partiez « autour de la fontaine de Fontestorbes » ? Les producteurs, restaurateurs et autres prestataires vivant à 20 km autour de la fontaine se sont fédérés afin d'éditer une carte touristique les regroupant. Tout le monde trouvait forcément une ou des adresses utiles dans cette carte, que l'on soit randonneur, gourmet-gourmand, passionné d'histoire, sportif... Un pays à découvrir de long en large et en travers, et surtout sans intermittence !

## Aigues-Vives

### ■ CENTRE DE LOISIRS LE KART'ARE

**La Plano**

© 05 61 01 31 89 / 06 32 09 96 16

[www.karting-ariege.com](http://www.karting-ariege.com)

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

Ouvert toute l'année. Du mercredi au lundi de 14h à 19h. Ouvert le mardi pendant les vacances scolaires. Se renseigner pour les tarifs qui varient selon votre niveau et la durée d'utilisation de la piste.

Entre Lavelanet et Mirepoix, le seul circuit de kart d'Ariège a été inauguré en 1990 par les frères Sanchez, deux passionnés de vitesse et de sport mécanique. C'est le

premier club de karting en Midi-Pyrénées et le 7<sup>e</sup> de France pour le nombre de licenciés et l'organisation de courses. Depuis 2001, le circuit est homologué par la Fédération Française de Sport Automobile. Il est doté de l'éclairage pour les nocturnes, d'une tour de contrôle, d'une salle de presse, d'une salle de chronométrage, d'une boutique, d'un bar, d'un restaurant, d'un camping et même d'un terrain de paintball !

## La Bastide-sur-l'Hers

### ■ SOURCE DE FONCIRGUE

Ouvert toute l'année. Tous les jours et les jours fériés. Gratuit. Foncigre est une source qui a connu son heure de gloire grâce aux thermes réputés pour la qualité de ses eaux. Curatives en matière de déficience hépato-rénales, de maladies et affections génito-urinaires, de maladies du tube digestif, de diabète, asthme ou autre maladie de la peau. Aujourd'hui, tombée en désuétude, les gens du coin continuent pourtant d'y venir et de boire cette eau, qui recèlerait quelques vertus. Après un bon cassoulet, elle facilite la digestion... Connue dès l'Antiquité romaine, elle eut son heure de gloire à la Belle Epoque, où la bourgeoisie ariégeoise venait, même de Carcassonne et de Toulouse. On dit que Jean de La Fontaine y est venu prendre les eaux. Et de ce passé thermal il ne reste que deux kiosques en bois construits dans les années 1920 ; l'un d'eux abrite une fontaine ornée de tritons où l'on peut capter l'eau.

## Laroque-d'Olmes

### ■ LA MAISON

**51, avenue du 11-Novembre-1918**

© 05 61 03 85 43 / 06 72 12 44 77

[ramirez.julie@orange.fr](mailto:ramirez.julie@orange.fr)



Ouvert le mercredi, le jeudi, le samedi et le dimanche le midi ; du jeudi au samedi le soir. Réservation recommandée. Menus de 30 € à 45 € (buffet d'entrées à volonté dans toutes les formules). Menu enfant : 9 € (pour les moins de 12 ans en semaine. 14 € le week end). Formule du midi : 14,50 € (en semaine à midi). Vin au verre. Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Chaises bébé. Terrasse. Parking.

Située à la sortie de Laroque-d'Olmes, face à un grand parking, La Maison est... une maison. Mais seulement en apparence car l'intérieur est un véritable restaurant au décor de pierres, de poutres apparentes, de tables rondes avec une belle décoration de marmites et autres casseroles. Une immense cheminée trône dans une des salles, apportant sa chaleur mais également les bonnes odeurs des grillades de viande ou de daurade. Nous sommes ici dans une affaire familiale qui a une longue expérience dans la restauration et qui a exercé avec talent en Ariège. L'accueil est charmant et souriant. On se sent tout de suite à l'aise. Le buffet à volonté du week-end est impressionnant d'originalité et de découvertes. Des coquillages frais (dont des couteaux), des poissons crus, des foies gras, de la soupe, un vaste choix de charcuteries ariégeoises, des coquillages gratinés, tout ça à volonté, que ce soit dans la formule du midi ou dans les menus. C'est beau, c'est bon, c'est raffiné. Tous les ingrédients pour nous pousser à quitter la maison pour aller à La Maison.

## Lesparrou

### ■ LES PAPILLONS D'AMARANTE

**Col del Teil**

© 05 61 01 98 80

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

proust.pascal@infonie.fr



Ouvert toute l'année. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 10h30 à 17h30. Adulte : 7,50 €. Enfant (de 3 à 11 ans) : 4 €. Groupe (10 personnes) : 6 €. Chèque Vacances. Accessible pour les PMR mais non labellisé. Restauration. Boutique. Accès handicapés.

Ce couple d'horticulteurs et lépidoptéristes des plus sympathiques ouvre les portes de sa ravissante serre exotique de 250 mètres carrés où volente, en toute liberté, une nuée de papillons tropicaux. Sous-titrée par des panneaux, la visite est consacrée à l'observation de l'élevage, la ponte, l'accouplement, les naissances des chemilles et chrysalides, et les plantes-hôtes. Chaque visite est limitée à 25 ou 30 personnes par sécurité et surtout pour le bien-être des visiteurs autant que des papillons ! Parmi les quarante variétés d'espèces, l'on peut admirer le Morpho, papillon bleu du Brésil, l'Attacus-Atlas, un grand papillon de nuit d'une envergure moyenne de 35 cm et l'Urania de Madagascar, un papillon légèrement métallisé aux couleurs de l'arc-en-ciel. La passion de Cathy et Pascal pour

ces ravissants insectes est d'abord née grâce aux plantes. Ils cultivent aussi 150 à 200 variétés d'essences exotiques et réalisent notamment des fleurs séchées. Un jardin avec parcours pédagogique autour des insectes et de la flore locale. Boutique et salle d'animation complètent la visite, ainsi qu'une aire de pique-nique couverte et une restauration possible : sandwichs et pâtisseries maison.

## Montbel

### ■ BASE NAUTIQUE DU LAC DE MONTBEL

Ouvert toute l'année. Tous les jours et les jours fériés. Restauration. Plage aménagée, camping avec piscine.

Ce village vaut le détour pour son plan d'eau de 600 hectares d'une contenance de 60 millions de mètres cubes destinés à l'irrigation agricole. C'est le plus grand bassin d'étiage du Sud-Ouest. Un peu plus de 70 ha sont réservés à l'activité touristique. Depuis sa mise en eau en 1984, le lac a connu une rapide colonisation par les oiseaux. Avec quelque 195 espèces qui nichent sur les bords du lac, le site est un des observatoires ornithologiques les plus intéressants de Midi-Pyrénées. C'est aussi un remarquable site propice à la détente et aux loisirs : promenades à pied, VTT, aires de pique-nique, club de voile, planche à voile, location de canoë... Une vraie plage de sable blond s'étend au bord de l'eau pour la plus grande joie des estivants.

## Les demeures des seigneurs de Lévis-Mirepoix

Sur la route du lac de Montbel, nous vous encourageons à faire un détour historique par les deux châteaux occupés par la célèbre famille des Lévis Mirepoix depuis le XIII<sup>e</sup> siècle ; famille arrivée en terre ariégeoise dans les armées de la croisade de Simon de Montfort et qui a su trouver sa place au sein de l'aristocratie locale.

### ■ CHÂTEAU DE LAGARDE

**LAGARDE** © 06 82 34 41 28 / 06 40 43 39 74

[www.chateaudelagarde.com](http://www.chateaudelagarde.com) – [chateaudelagarde@gmail.com](mailto:chateaudelagarde@gmail.com)

Tous les jours : juin de 13h à 17h, juillet et août de 10h à 18h. Adulte : 4 €. Enfant : 1 €. Visite guidée (11h, 14h, 16h30 en fonction de la météo).

Lagarde est célèbre par son château que Simon de Montfort donna à la famille de Lévis en 1215. Complètement transformé en 1637 par Louise de Roquelaure qui en fit une admirable résidence, au XVIII<sup>e</sup> siècle c'était encore une somptueuse demeure dont le propriétaire était Gaston de Lévis-Léran. Hélas, il fut détruit à l'époque de la Révolution. De cet édifice, il ne reste aujourd'hui que la tour de l'escalier et d'importants pans de mur qui donnent un aperçu de son ancienne beauté. Mais tout espoir n'est pas perdu car cent vingt ans après avoir été classé aux Monuments historiques, le château a enfin fait l'objet d'un chantier de restauration. On l'appelle « le Versailles des Pyrénées ». Il se raconte dans les chaumières au coin du feu que le roi Louis XVI aurait reproché au duc de Mirepoix de ne pas être assidu à la Cour. Ce dernier aurait répondu : « On voit bien que Sa Majesté ne connaît pas Lagarde. » De nos jours, Lagarde ne meurt pas, à vous de vous y rendre. Laissez-vous guider par 800 ans d'histoire.

### ■ CHÂTEAU DE LÉRAN

**LÉRAN**

*Ne se visite pas, à voir de l'extérieur.*

Le château de Léran construit au XII<sup>e</sup> pour être une forteresse défensive, il fut gravement endommagé pendant les guerres de religions. Restauré au XIX<sup>e</sup>, par un disciple du célèbre architecte, Viollet-le-Duc, les jardins à la française sont forts anciens. Ce château, aujourd'hui propriété privée, fut la résidence des Lévis de Mirepoix jusqu'en 1981, date de la disparition du Duc Antoine de Lévis-Mirepoix, historien membre de l'Académie Française.

## LES PAPILLONS D'AMARANTE



© C. PROUST

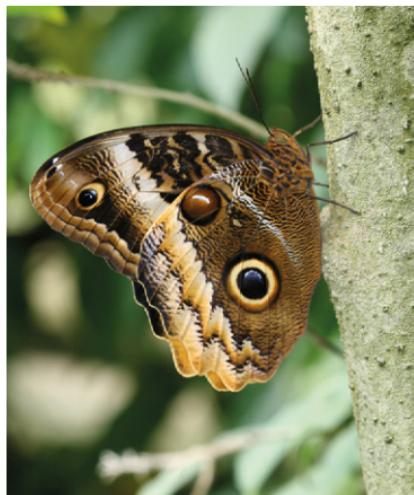
L'Héliconius-Zèbre, ou *Heliconius charithonia*, l'une des 35 à 65 espèces de papillons exotiques qui peuplent la serre tropicale des Papillons d'Amarante.

© C. PROUST



© C. PROUST

Un exemplaire d'*Archaeoprepona demophon*, papillon originaire d'Amazonie.



Un *Pachypasa otus*, dit papillon « chouette », Papillons d'Amarante.

© C. PROUST



Outre la serre aux papillons, la ferme des Papillons d'Amarante accueille aussi un jardin, abritant 500 espèces de plantes, fleurs et bassins avec plantes aquatiques.

## ■ PARC DE JEUX GONFLABLES

### Le village

© 06 08 77 28 76

[joseph.perrault@wanadoo.fr](mailto:joseph.perrault@wanadoo.fr)

*Fermé d'octobre à mars. Ouvert tous les jours de 12h à 21h.  
Enfant : 5 €. Accueil enfants. Restauration.*

Au bord du lac de Montbel, il y a la plage qui n'est pas sous les pavés. Au bord de cette plage, à 20 mètres exactement, les enfants découvriront un endroit de rêve pour s'amuser, s'éclater (sans jeu de mots), rebondir, s'amuser... du Happy Splash (toboggan, obstacles divers et pistolets à eau) au toboggan à bosses en passant par la girafe, les bulles de savon, le parcours enchanté... Ils pourront entrer et sortir librement pour se baigner et se rafraîchir dans le lac. Pendant ce temps les parents pourront farniente au soleil et profiter des crêpes (bretonnes), de poulets rôtis, etc.

## Montferrier

### ■ LA SERRE DE MAROU

© +33 05 61 01 14 75

[www.ariege.com/serredemarou](http://www.ariege.com/serredemarou)

[yves.masset@orange.fr](mailto:yves.masset@orange.fr)

**Sur la D9 direction Montségur,**

**panneau bleu sur la gauche**

**(Chambres d'hôtes / Serre de Marou).**

*Gîtes de France (2 épis). 2 chambres. Chambre simple 49 € ; chambre double 55 €. Petit déjeuner inclus. Repas du soir 21 €. CB non acceptée. Restauration (table d'hôtes sur réservation : 20 €).*

Ouvrir les yeux, le matin, et contempler le fleuron du catharisme ariégeois ? C'est ici ! Yves et Nicole Masset vous accueillent dans leur maison et leurs deux chambres d'hôtes, face au château de Montségur, à 1 000 m d'altitude, au milieu de la nature, du calme et des fleurs. En plus du panorama époustouflant, l'accueil souriant de Nicole et la sympathie d'Yves font de cet établissement une adresse privilégiée pour tous ceux qui aiment l'histoire, la musique (Yves est musicien) et la cuisine. En effet, le soir vous pourrez partager le repas familial et traditionnel devant la chaleureuse cheminée. Les produits proviennent de l'élevage de Nicole et du jardin potager. Une adresse futée !

### ■ PISCICULTURE DE MONTFERRIER

**24, avenue du Saint Barthélémy**

© 06 58 46 50 10

[pisciculturedemontferrier@hotmail.fr](mailto:pisciculturedemontferrier@hotmail.fr)

*Fermé du 30 septembre au 30 avril. Basse saison : ouvert du vendredi au dimanche et les jours fériés à partir de 10h30 et jusqu'à 18h30. Haute saison : du mardi au dimanche et les jours fériés à partir de 10h30 et jusqu'à 18h30.*

Connaissez-vous la différence entre une truite arc en ciel et une truite fario ? La fario est la truite sauvage des lacs des montagnes des Pyrénées, celle qui se reproduit en remontant les rivières. C'est la vraie truite comme on l'aime, un peu de thym, un filet d'huile d'olive tout simplement grillée : un vrai régal. Emilie et Sébastien ont créé une pisciculture artisanale bio au bord de la petite rivière du Touyre à Montferrier, au pied de la station de ski des Monts d'Olmes, en dessous du Château Cathare de Montségur. Dans un souci de respect du poisson, de

la nature et de l'homme, ils ont construit des bassins d'élevages à proximité de la rivière où naissent et grandissent truites Fario et saumons de fontaines. En été vous pourrez pêcher vos poissons avant de les déguster sur place où une aire de pique nique avec barbecue est mise à votre disposition. Dans un cadre enchanteur et bucolique, pour la plus grande joie des enfants et des grands, tous munis d'une canne à pêche, d'un seau, d'un torchon et d'une boîte de maïs pour appât : le succès est garanti. Vous pouvez bien évidemment aller acheter directement votre poisson à la ferme ou le trouver sur les marchés des environs.

## Montségur

### ► Château de Montségur

C'est le site mythique du catharisme, le château pareil à un vaisseau qui navigue sur l'océan de la mémoire de l'Occitanie. Tout au long de l'année, ce haut lieu du catharisme incontournable attire les foules. Comptant parmi les lieux les plus énigmatiques de la région, le château de Montségur intéresse les historiens, les chercheurs mais aussi les mystiques en tout genre qui ne cessent depuis des années de « passer à la question » le site. Certains pensent qu'il s'agit d'un haut lieu tellurique et d'autres avancent que le fameux trésor y serait encore bien enfoui. Perché sur un véritable nid d'aigle à 1 216 m d'altitude, vaisseau de pierre suspendu dans le vide, le château de Montségur tutoie l'azur de ses orgueilleuses ruines devenues le symbole de la résistance des cathares face à l'oppression des barons du Nord. Montségur existe dans le cœur et la conscience des Languedociens comme un authentique et douloureux témoignage d'une liberté foudroyée, d'une croyance brisée par le fer et le feu mais inscrite pour toujours dans la mémoire collective de l'Occitanie.

### ■ CHÂTEAU DE MONTSEGUR

© 05 61 01 10 27

*Voir page 9.*



### ■ MUSÉE DE MONTSEGUR

© 05 61 01 06 94 / 05 61 01 10 27

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

[marie.montsegur@wanadoo.fr](mailto:marie.montsegur@wanadoo.fr)



*Fermé du 1<sup>er</sup> novembre au 29 février. Basse saison : ouvert tous les jours de 14h à 17h. Haute saison : tous les jours de 10h à 12h et de 13h à 18h30. Gratuit jusqu'à 8 ans. Adulte : 2,50 €. Enfant (de 8 à 15 ans) : 1,50 €.*

En 1965, ce qui n'était alors qu'un dépôt de fouilles devint le musée de Montségur grâce aux membres de la Société spéléologique de l'Ariège. Il présente, sur deux étages, des pièces de civilisation matérielle, en majorité médiévales, datant essentiellement des XIII<sup>e</sup> et XIV<sup>e</sup> siècles. Les témoins archéologiques trouvés au cours des recherches sur le site, plus précisément sur le village ceinturant le donjon – d'abord par la société spéléologique de l'Ariège, puis par le Groupe de recherches archéologiques de Montségur et environs (le GRAME) –, illustrent les activités de la communauté montségurienne vivant à cette époque, surtout dans les domaines civil et militaire. Un salut amical des futés à Fabrice guide passionné et passionnant !

## ■ À LA PATATE QUI FUME

**118 bis, rue du Village**

© 05 61 02 65 07

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

[res@patatequifume.com](mailto:res@patatequifume.com)

Fermé de janvier à mars. Basse saison : ouvert du vendredi au mardi de 12h à 14h. Haute saison : du jeudi au mardi de 12h à 14h. Le soir sur réservation. Menus de 18 € à 29 € (18 € midi seulement, menu burger de Montségur ; 25 € soir et week-end). Menu enfant : 9 €. Formule du midi : 16 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Terrasse. Au cœur du village, et en dessous du célèbre « Pog » accueillant le château, le restaurant a récemment été rénové par le propriétaire lui-même. D'ailleurs, il aime à dire qu'ici, tout est fait maison... même la maison ! Le bâtiment a la particularité d'héberger le dernier cantou en bois du village (grange suspendue). La salle est moderne, mais elle a su garder un côté rustique grâce aux pierres apparentes. Agréable terrasse privée aux grands parasols beiges et jardin caché d'où l'on peut avoir une vue sur le château et sur les montagnes. La cuisine est traditionnelle et les plats sont faits maison avec des produits frais et locaux de l'Ariège. On aura la curiosité de découvrir le menu burger de Montségur et son sandwich américain au canard !

## ■ COSTES

**52, Le Village**

© 06 68 39 15 30

OUvert toute l'année. Accueil jusqu'à 0h. 13 chambres (chambres balnéo). Chambre double de 62 € à 130 €. Club des Saveurs. Animaux acceptés. Bain bouillonnant. Agréable refuge loin du tumulte du monde. A côté de l'église, une arche couverte de verdure, dissimulant une auberge hors du temps dans un cadre médiéval et une terrasse ombragée. Ce restaurant constitue une étape incontournable pour reprendre son souffle après une montée au château. Détendez-vous en terrasse au son de l'eau coulant de la fontaine ou mangez dans la salle avec ses murs aux pierres et poutres apparentes, tapisseries, chandelles et feu de bois dans l'âtre de la cheminée. Les voyageurs de passage, les gourmands et les bons vivants se retrouvent dans ce lieu de rencontre pour passer un moment dépayasant, pour prendre un peu de large et se ressourcer, dans une ambiance imprégnée d'histoire, une véritable escapade dans le temps, où vous partagerez avec d'autres convives des plats raffinés, goûteux, et savoureux ; rencontres autour d'un verre, musique, ou échanges culturels. Foie gras, agneau, magret, potée, fondue, cassoulet, coq au vin, civets, plats végétariens... Le chef est un alchimiste des produits et saveurs, vous envoûtera avec ses plats concoctés avec talent, finesse et passion, mettant parfaitement en valeur la gastronomie du terroir.

## ■ L'ATELIER D'ESCLARMONDE

**20, Le Village**

© 05 61 01 98 61

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

Haute saison : ouvert tous les jours.

Cette jolie boutique artisanale à pour thème l'époque médiévale en plein centre du village de Montségur. Elle propose des costumes, épées, peintures, objets,

bijoux, grand choix de souvenirs, jouets en bois, livres... ainsi que des terrines élaborées selon les vraies recettes médiévales. Une autre façon culinaire cette fois-ci de découvrir cette époque riche de l'histoire. Accueil tout sourire de la maîtresse des lieux, Christine Lagarde.

## Nalzen

### ■ RESTAURANT LES SAPINS

**Hameau Conte**

**Route de Foix**

© 05 61 03 03 85

[www.restaurant-lessapins.com](http://www.restaurant-lessapins.com)

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

Ouvert toute l'année. Du mercredi au samedi et les jours fériés le soir ; du mercredi au dimanche et les jours fériés le midi. Réservation recommandée. Menus de 25 € à 52 €. Menu enfant : 9,60 €. Formule du midi : 15,10 €. Accueil des groupes. Terrasse.

Une des bonnes tables d'Ariège, distinguée d'une fourchette dans le guide Michelin, c'est entre les châteaux de Roquefixade et Montségur, au bord de l'axe principal Foix-Lavelanet, à la sortie de Nalzen, que cette magnifique auberge est située à l'orée d'une forêt de sapins. Vous découvrirez dans ce lieu les saveurs d'une cuisine d'une extrême finesse orchestrée par Marie-José Bru et Gilles Sabatier, qui élaborent leur carte selon leur inspiration et les saveurs du moment. A vous de juger : le foie gras dans tous ses états, le pigeon rôti aux morilles, le cassoulet maison ou les tripes de veau façon grand-mère. Et enfin, ce fondant chaud au chocolat ou cette gratinée aux framboises, de vrais délices. L'esprit de la maison est d'utiliser au mieux les circuits courts. Les produits sont locaux, vin d'Ariège et couteaux de chez Tisseyre de La Bastide-sur-l'Hers supportés par de jolis porte-couteaux en corne. Adresse réputée et incontournable.

## Roquefort-les-Cascades

### Les Cascades de Roquefort

Une visite intéressante car d'un point de vue géologique, il n'en existe que trois autres du même phénomène en Europe ayant un type de pétrification aussi important. Les cascades de Roquefort sont des cascades pétrifiantes d'une hauteur de 30 m. Il s'agit d'une résurgence du réseau karstique du Plantaurel, issue des eaux de la source de la Turasse. A voir pour la curiosité et profiter d'un moment de détente ou de pique-nique. Peu actives en été, elles offrent un spectacle au printemps et en hiver quand les eaux sont abondantes ou gelées.

## Roquefixade

Trônant fièrement sur son piton rocheux, face à son frère Montségur dont le seigneur Raimon de Péreille était également le propriétaire, le château de Roquefixade est à peine visible depuis la route si le ciel est grisonnant. La ruine est majestueuse et chargée d'histoire(s). A découvrir au moment du coucher du soleil ! L'église du village est également à visiter. Récemment restaurée, elle brille d'or et de mille feux.

# LUZENAC

Luzenac est un petit village situé au cœur d'une vallée. Petit village quelconque ? Eh bien non ! Luzenac est très connue en Ariège, en France et dans le monde. Sa mine de talc est la grande carrière du monde, rien que ça. Son équipe de foot (eh oui, on ne joue pas qu'au rugby) est renommée et son charcutier est excellent, mais ça, c'est pour les connaisseurs.

## ■ OFFICE DE TOURISME

**6, rue de la Mairie**

© 05 61 64 68 05

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h.

## Points d'intérêt

### ■ CARRIÈRE DE TALC DE TRIMOURS

© 05 61 64 68 05 / 05 61 64 60 60

[www.vallees-ax.com](http://www.vallees-ax.com)

[visites-carriere@vallees-ax.com](mailto:visites-carriere@vallees-ax.com)

Au-dessus du village de Luzenac, à 1 800 mètres d'altitude, se trouve la plus grande carrière de talc d'Europe. On peut visiter cette mine à ciel ouvert qui offre ses gisements blancs taillés en gradins, à 12 km à vol d'oiseau de Luzenac où se trouve l'usine d'exploitation. Dans cet immense cirque au paysage lunaire, des machines d'une taille titanique œuvrent à extraire la roche la plus tendre et la plus douce. En raison de sa situation géographique, l'activité de la carrière est saisonnière, d'avril à novembre, mais l'usine tourne toute l'année avec la matière première stockée au cours de la bonne saison. Ce gigantesque chantier se visite de la mi-mai à la mi-octobre. Le déplacement à l'intérieur de la carrière s'effectue en car, avec un guide officiel. Prévoir des vêtements chauds et des jumelles.



## Le gîte

### ■ HÔTEL LA PIERRE BLANCHE\*\*

**6, avenue de la Gare**

© 05 61 03 26 30

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

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

Fermé du 15 au 31 août. Restaurant fermé les samedi midi et dimanche, ainsi que les 24, 25, 31 décembre et 1<sup>er</sup> janvier. 15 chambres. Chambre simple à partir de 46 € ; chambre double de 51 € à 59 € ; chambre triple à partir de 65 €. Pension complète : 119 € (pour un couple, vin et café non compris). Demi-pension : 91 € (pour un couple, vin et café non compris). Petit déjeuner : 6 €. Soirée étape 66 €. Chèque Vacances. Wifi.

L'or blanc dans les Pyrénées c'est souvent la neige, à Luzenac et sa mondialement célèbre mine, l'or blanc c'est aussi de la douceur, la douceur d'une pierre, d'une pierre blanche, le talc. La pierre la plus douce du monde. Le bâtiment à la blancheur du talc et propose une quinzaine de chambres confortables. Dîners et petits déjeuners en salle ou sur la terrasse ensoleillée. Salon de lecture et détente à disposition. Agréable adresse au cœur d'un petit village de Haute Ariège.

## Campings

### ■ LE CASTELLA

**4, route du Castella**

© 05 61 64 47 53

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

[campinglecastella@orange.fr](mailto:campinglecastella@orange.fr)



Ouvert toute l'année. Accueil ouvert de 9h à 12h et de 14h à 18h en hiver. De 9h à 13h et 14h à 20h en été. 150 emplacements. Exposition : ombragé. Relief : en terrasse. Equipé pour le caravaneige avec 2 blocs sanitaires chauffés. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 9,95 € à 14,40 €. Chalets pour 5 à 7 personnes de 350 € à 637 € la semaine ; mobil-homes pour 4 personnes de 336 € à 549 €. Le Castella est un camping en Ariège pas comme les autres. Ici l'accueil n'est pas un vain mot et les propriétaires ont à cœur de partager l'amour qu'ils portent à cette terre. Les emplacements disposés en terrasses font le charme de ce camping ombragé dominé par les ruines du château cathare de Lordat. Doté d'une piscine, le camping offre un panorama grandiose sur les sommets environnants. Séjours en famille ou entre amis, vous appréciez bien-être, détente et plaisirs où se conjuguent sens de la fête et chaleur de l'accueil.

## Dans les environs

### Axiat

Il serait dommage que lors de votre séjour en Ariège vous ne découvriez pas l'église romane Saint-Julien d'Axiat, datant du XII<sup>e</sup> siècle. Elle fut une des églises du Lordadais données temporairement par Roger II de Foix à l'abbaye de Cluny en 1075. Bien que ravagée par un terrible incendie dans la nuit du 5 au 6 mars 1915, elle conserve son aspect initial. L'église est construite en forme de croix et possède, à l'intérieur, une décoration d'une indiscutable beauté notamment les frises et les chapiteaux, bien que partiellement abimés.

### Garanou

### ■ LES VOLETS ROUGES

**17, rue Principale**

© 05 61 64 46 79 / 06 85 92 64 32

<http://lesvoletsrouges.jimdo.com>

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



Clévacances (3 clés). Ouvert toute l'année. 3 chambres (7 personnes). Chambre simple à partir de 50 € ; chambre double à partir de 65 € ; chambre triple à partir de 75 €. Petit déjeuner inclus. Chèque Vacances. Connexion Internet. Dans une maison de pierre aux volets rouges nouvellement restaurée, se trouvent 3 chambres confortables, avec leur douche à l'italienne. Coquettes et colorées, leurs noms évoquent le voyage : Copan Lisboa, Firenze. Le séjour donne sur un patio, fleuri en été. Les Volets



*Église Saint-Julien d'Aixat.*

Rouges disposent également, pour le confort de ses hôtes, d'un espace détente et jeux, d'un local à ski et d'un espace pour les motos et vélos (à la belle saison). Une formule gîte est également possible.

## Lordat

« Le château de Lordat est si grand qu'il ne peut se ruiner », ainsi affirma le sieur d'Audou, gouverneur du comté, au roi de France Henry IV. Perché sur un piton rocheux, dominant la vallée de l'Ariège de près de 300 m, il avait de quoi décourager les assaillants par sa position et ses dimensions. Il était l'un des plus vastes du comté de Foix. Dans son état actuel, en dépit des ravages du temps, le château de Lordat conserve fière allure avec ses tours et ses hautes murailles. Classé par les Monuments historiques, il demeure un remarquable spécimen de l'architecture militaire du Moyen Âge dans les Pyrénées ariégeoises. Actuellement on y découvrira diverses animations, des visites guidées autour du catharisme, un marché artisanal, et une thématique sur la géologie.

### ■ LE CHÂTEAU DE LORDAT

**Rue du Château** ☎ 05 61 64 60 60

Fermé du 1<sup>er</sup> juillet au 30 septembre. Ouvert tous les jours de 10h à 12h30 et de 14h à 18h30. Gratuit jusqu'à 7 ans. Adulte : 4,50 €. Enfant (de 8 à 16 ans) : 2,50 €. Animations. Avec une vue inoubliable dominant la vallée, des tables d'orientation sur le site, ce château est le plus vieux du comté de Foix. L'accès est facile et la visite est libre. Tout au long de l'été, un programme d'animations est proposé avec par exemple une thématique sur le filage et le catharisme, une chasse aux trésors, des après-midi contes et également des spectacles médiévaux...

## Unac

L'église Saint-Martin d'Unac fut élevée à la fin du XI<sup>e</sup> siècle, du temps de Roger II de Foix. Elle dépendait de l'abbaye Saint-Volusien de Foix dont elle fut un prieuré. De l'édifice primitif subsistent une partie de la nef et surtout le très

beau clocher, à baies géminées, apparenté aux clochers andorrans. L'église fut agrandie au XII<sup>e</sup> siècle par un chevet à trois absides échelonnées.

Le chœur est admirablement mis en valeur par des chapiteaux qui en soulignent l'entrée. Dans l'abside, chaque fenêtre est ornée de chapiteaux à feuillages. Ces sculptures sont l'œuvre d'un artiste apparenté à l'école toulousaine de Saint-Sernin.

### ■ LA FERME AUX ANES

**Route des Corniches**

⌚ 05 61 64 44 22

[www.la-ferme-aux-anes.com](http://www.la-ferme-aux-anes.com)

[helene@la-ferme-aux-anes.com](mailto:helene@la-ferme-aux-anes.com)

Ouvert toute l'année. Contacter le club pour les horaires. Réservation obligatoire. Tarifs de location d'un âne en randonnée, 210 € pour un adulte et 150 € pour un enfant avec 2 nuits en demi-pension en chambre d'hôte. Hélène et Yves Huez ont déjà été lauréats aux trophées du Tourisme Midi-Pyrénées dans la section tourisme et environnement. Voici une vraie ferme avec des vaches, des cochons, des brebis, des lapins et des poules mais surtout une quarantaine d'ânes pelucheux aux yeux tendres. Même les têtes de mules craqueront pour ces cadichons qui se révèlent d'excellents compagnons de route. Contrairement à leur réputation, ils sont dociles et parfaitement adaptés à la randonnée. Au cœur de la nature se tisse alors un moment de complicité et d'affection entre l'enfant, l'homme et la bête : les plus petits sur le dos de leur animal préféré et les grands à pied et au pas. C'est en compagnie de ces charmants bourricots que s'effectuera le circuit des églises romanes avec un arrêt au château de Lordat et la Volerie des Aigles ou une incursion au cœur de la réserve d'Orlu jusqu'au Pla d'en Gaudu ou encore une expédition « ânesque » de deux ou trois jours jusqu'au lac d'En Beys. Ici, même les cancrels n'auront pas de bonnet d'âne et pourront braire de plaisir. Possibilité d'acheter, d'octobre à mai, de la viande de l'élevage de vaches gasconnes ou de veau, en caissettes de 6 kg emballées sous vide.

# LE MAS-D'AZIL ★★

Sanctuaire préhistorique, haut lieu de la Réforme, Le Mas-d'Azil, avec l'église Saint-Etienne, son vieux pont du XV<sup>e</sup> siècle, ses dolmens et ses ruelles bordées de maisons à colombages, est un lieu de calme et de détente où l'histoire et la nature se marient harmonieusement. Outre la grotte et le musée, il faut voir au hameau de Raynaude, à 3 km du Mas-d'Azil, un magnifique chemin de croix, monument unique dans la région. Ses 14 stations sont disposées le long d'un sentier qui serpente dans la colline qui surplombe l'église.

## ■ OFFICE DE TOURISME DU PAYS ARIZE-LÈZE

**17, avenue de la Gare ☎ 05 61 69 99 90**

[www.tourisme-arize-leze.com](http://www.tourisme-arize-leze.com)

*Basse saison : ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h. Wifi gratuit. Boutique produits régionaux.* Excellent office de tourisme qui vous renseignera sur tous les domaines qui vous intéressent à titre individuel mais aussi pour les groupes adultes ou groupes scolaires. Hébergements, manifestations culturelles et sportives mais aussi le tourisme d'affaires. L'office organisera des sorties sur-mesure. A découvrir, la rando «Pierre Sèche» à la découverte des cabanes, terrasses de pierre sèche et des chênes truffiers.

## Points d'intérêt

### ■ CALVAIRE DE RAYNAUDE

**Office de tourisme du Mas-d'Azil et des vallées de l'Arize**

**⌚ 05 61 68 97 25**

*Ouvert toute l'année. Tous les jours et les jours fériés. Gratuit.* Le Calvaire de Raynaude est une des curiosités à voir dans les environs du Mas-d'Azil. Cet édifice religieux est aussi surprenant qu'imposant à quelques kilomètres de la grotte. Son chemin de croix monumental serpente dans la colline et est l'œuvre de l'abbé Rousse. Chaque station du chemin est une véritable petite chapelle. L'église est dédiée à Marie Immaculée, à saint Joseph et à sainte Anne et a été consacrée en 1895.

### ■ LES DOLMENS

*Ouvert toute l'année. Tous les jours et les jours fériés. Gratuit.* L'Ariège compte quinze dolmens dans tout le département. Les onze dolmens à découvrir sont dans un secteur relativement réduit. Tous semblables par leur architecture, ils diffèrent de part leur taille et leur implantation. Les matériaux et ossements humains découverts lors des fouilles ont permis de dater ces édifices de l'âge de bronze, et de donner des indications sur les rites funéraires de cette époque. Un sentier de randonnée pédestre permet d'en découvrir trois qui sont parmi les plus spectaculaires et les mieux conservés.

### ■ MOHAIR PYRENEES

**Ferme des Moulis Camarade**

**⌚ 05 61 69 91 59**

[www.ariege.com/mohair-pyrenees](http://www.ariege.com/mohair-pyrenees)  
[mardumont@free.fr](mailto:mardumont@free.fr)

*Ouvert toute l'année. Du vendredi au dimanche de 15h à 19h. Tous les jours pendant les vacances scolaires. Adulte : 4 €. Enfant : 2 €. Groupe (20 personnes) : 2 €. Visite guidée.* Pauline et Loïc vous accueillent dans leur ferme-école d'Ariège où ils proposent de nombreuses activités : découvertes des animaux, des travaux de la ferme, vannerie mais aussi gîte rural. Le site reçoit aussi bien des enfants de maternelle que des étudiants en agronomie à la demi-journée ou à la journée, sans oublier les familles. La tonte a lieu pendant les vacances de février et d'août, suivie du tri des toisons. La boutique vous propose une belle variété de produits réalisés à partir des chèvres « Mohair » : pulls, écharpes, étoles, gants, chaussettes, plaid, couvertures, bérrets et bonnets. Tout doux et bien chauds. La ferme, située sur le sentier de randonnée des 4 dolmens, entre les Moulis et le Mas-d'Azil, vous offre la possibilité de loger dans une charmante chambre d'hôtes ou dans un gîte qui se trouve au 1<sup>er</sup> étage au-dessus du magasin d'exposition de Mohair. Également des stages de vannerie.

### ■ XPLORIA – LA FORÊT À REMONTER LE TEMPS

**Forêt de Castagnés, Route de Sabarat**

**⌚ 05 61 60 03 69**

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

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

*Fermé du 1<sup>er</sup> novembre au 1<sup>er</sup> avril. Basse saison : ouvert du mardi au dimanche et les jours fériés de 10h à 18h. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 10h à 19h. Gratuit jusqu'à 2 ans. Adulte : 9,90 €. Enfant (de 3 à 17 ans) : 7,90 € (pack famille, 2 adultes + 2 enfants : 29,90 €). Groupe (15 personnes) : 9 €. Boutique. Animations. Pas d'animaux.* Ce parc est conçu pour la découverte ludique et scientifique de l'histoire de la biodiversité terrestre. Au fil de la forêt – qui suit le fil du temps (de la création de l'univers jusqu'à aujourd'hui... et même demain !), partez à la découverte de l'évolution de la faune et de la flore : des dinosaures aux mammifères géants, des fougères arborescentes aux orchidées, des premières méduses au dodo de l'île Maurice... Les passerelles en bois, les portes du temps, les reconstitutions grande nature d'animaux disparus, les espaces botaniques et les illustrations géantes de mise en situation finiront de vous immerger dans l'histoire de la Terre. Les vitrines tactiles (véritables fossiles et moussages), les ateliers de fouilles paléontologiques, les jeux de visages ou encore l'aire de jeux des animaux d'Xploria vous permettront de passer au minimum 1h30 sur le site. 3h en prenant le temps de s'amuser... et toute la journée si vous souhaitez aussi pique-niquer et prendre le temps de profiter pour apprendre en s'amusant ! Xploria propose aussi régulièrement des événements exceptionnels : soirées contes, ateliers de dessins préhistoriques, semaine du brame du cerf, Xpositions temporaires, etc.

## Emplettes

### ■ PAVEL KIRZDORF

**Avenue de la Grotte**

**⌚ 05 61 69 71 27**

[www.verrerie-kirzdorf.odexpo.com](http://www.verrerie-kirzdorf.odexpo.com)

[pavel.kirzdorf@wanadoo.fr](mailto:pavel.kirzdorf@wanadoo.fr)

*Haute saison : ouvert tous les jours de 10h à 12h et de 14h à 18h.*

Dans la rue qui monte vers la grotte du Mas-d'Azil, arrêtez-vous chez Pavel Kirzdorf, artisan verrier depuis plus de trente ans. Il vous accueillera dans son atelier ouvert depuis une dizaine d'années et il vous fera une démonstration de son art. Le travail du verre en fusion (1 100 °C) demande une grande dextérité et beaucoup de patience. Pavel à lui seul, réalise des prémisses à la concrétisation de l'objet, toutes les étapes nécessaires, de la conception des outils et de la matière première jusqu'à la réalisation de l'œuvre finie. Vous découvrirez, dans sa boutique, un grand choix de verrerie de qualité allant du service à orangeade au seau à champagne en passant par les coupes à fruits, les vases, les luminaires, les verres, les cendriers conçus de façon artisanale et en modèle unique.

En outre, toutes les pièces désirées peuvent être créées sur commande. Au travers de sa galerie vous découvrirez son univers, des pièces au design atypique qui vous enchanteront. Un artisan rare, une technique difficile, un artiste du verre qui travaillera devant vous... en toute transparence !

## Marchés

### ■ MARCHÉS

*Ouvert le mercredi et le samedi.*

Le mercredi matin, et le marché fermier le samedi matin.

### ■ Dans les environs

## Daumazan

### ■ LA TOMATE DU JARDIN

1, place de l'Eglise

① 05 81 30 40 03

latomatedujardin09@gmail.com



Cette région charnière entre le Couserans et le pays de Foix fut habitée dès la préhistoire puisque de nombreux vestiges dont 81 figures de l'époque magdalénienne ont été retrouvés dans les grottes du Ker (fermées au public). Des chevaux, des cerfs, des isards et des figurations humaines caricaturales, absolument uniques en préhistoire, sont au nombre de ces vestiges préhistoriques. Du haut de ses 60 m, le magnifique clocher octogonal domine le village. Il fut édifié, selon la tradition, par le même ouvrier qui travailla à celui de la cathédrale de Mirepoix et qui y fit une chute mortelle. Sur un mamelon rocheux dominant l'Arac, subsistent encore quelques ruines du château d'Amour. Hormis son ancrage historique, ce canton de montagne bénéficie d'un climat privilégié et d'une végétation luxuriante. Vous le découvrirez au travers des nombreux parcours de randonnée (pédestre,

*Fermé du 1<sup>er</sup> novembre au 1<sup>er</sup> mars. Basse saison : ouvert du jeudi au dimanche le midi ; le vendredi et le samedi le soir. Haute saison : du jeudi au dimanche le midi et le soir. Menus de 23 € à 40 €. Formule du midi : 15 € (plat du jour 11 €). Vin au verre. Accueil des groupes. Chaises bébé. Jardin. Terrasse. 50 places. Wifi.*

L'établissement est situé à l'emplacement de l'ancien presbytère et depuis plusieurs années Ilona Rutgers propose une cuisine de produits frais locaux et régionaux. Ilona a notamment travaillé à l'Auberge Pierre Bayle. Elle est aidée dans sa tâche par Lionel Sevenes. Ici les produits sont essentiellement bio et issus de producteurs et d'éleveurs locaux. Le pain, les vins, les jus de fruits, le thé et le café sont également bio. Beaucoup de fruits et de légumes viennent du potager et les chevreaux d'Artigat.

La formule est une ardoise du jour avec un choix de 3 entrées, 3 plats, 3 desserts, qui évolue au gré du marché et de la saison. Possibilités d'avoir des menus végétariens et végétaliens. Le sérieux et la qualité payent toujours et ce n'est pas pour rien que l'établissement s'est vu décerner à plusieurs reprises, le prix de la fameuse Georgette.

## Sabarat

### ■ L'OBSERVATOIRE

**Route de l'Observatoire**

② 05 61 60 20 10 / 05 61 69 67 90

[www.observatoire-sabarat.com](http://www.observatoire-sabarat.com)

cauchy09@live.fr

*Gratuit jusqu'à 12 ans. Adulte : 23 € (adhésion annuelle).*

Inutile de réserver ou de prévenir. Cet observatoire, près du Mas d'Azil, s'est donné pour vocation d'initier à l'astronomie de la façon la plus large possible. On part ainsi, guidé par deux animateurs qualifiés, à la découverte des étoiles et des planètes. Télescopes, lunettes et jumelles vous permettront de franchir allégrement des années-lumière. Des stages d'initiation et de perfectionnement sont ouverts toute l'année. Se renseigner par téléphone.

## MASSAT

équestre, vtt) et autres activités de plein air comme l'escalade, la chasse, le parapente, la pêche, le tennis...

## Points d'intérêt

### ■ LA RÉSERVE DOMANIALE DU MONT VALIER

C'est l'une des plus anciennes réserves domaniales des Pyrénées et la plus importante de l'Ariège avec 9 037 ha d'espaces sauvages et protégés. C'est le domaine du gypaète barbu, cet immense rapace à la tête orange vif. Vous pourrez aussi y apercevoir un grand tétras à la robe moirée, ou un aigle royal niché dans la falaise. Venez découvrir le lys des Pyrénées, l'iris sauvage, la digitale pourpre ou encore les rhododendrons qui au mois de juin recouvrent les hauteurs d'un rose intense. Le mont Valier culmine à 2 838 m d'altitude.

## Le couvert

### ■ HOSTELLERIE DES TROIS SEIGNEURS

Avenue de Saint-Girons

① 05 61 96 95 89

[www.hostellerie3seigneurs.com](http://www.hostellerie3seigneurs.com)

[hostellerie3seigneurs@hotmail.fr](mailto:hostellerie3seigneurs@hotmail.fr)

Fermé du 2 novembre au 30 avril. Menus de 22,50 € à 48 €. Menu enfant : 12 €. Formule du midi : 11,50 €. Dix-huit chambres de 53 € à 64 €.

Stéphane et Magali Polvanesi ont repris cette institution massatoise. Les chambres sont fonctionnelles et spacieuses. Le restaurant mérite toute votre attention. Les sauces y sont reines, comme celle qui accompagne le coq au vin. Que diriez-vous d'écailles fraîches à la New-Burg qui sont un pur régal, en saison ? Si vous aimez le canard, ici il est préparé de multiples façons. Mais vous aurez le droit de préférer la poule farcie, l'épaule d'agneau farcie, le magret de canard aux pêches, les civets, le canard sauce à l'orange. 18 chambres peuvent vous accueillir. Wifi, terrasse, jardin. Animaux acceptés.

### ■ MAXIL CAFÉ

① 05 61 66 11 01

[www.le-maxil-cafe.fr](http://www.le-maxil-cafe.fr)

Ouvert toute l'année. Du dimanche au jeudi de 7h30 à 22h ; le vendredi et le samedi de 7h30 à 2h. Menus de 14 € à 22 €. Plat du jour : 10 € (en semaine à midi). Jardin. Terrasse. Vente à emporter. Animations.

William, le nouveau propriétaire des lieux, commence ses journées par les petits déjeuners et finit très tard les week-ends. Mais ce jeune homme est un habitué des nuits nantaises et a choisi de passer de la proximité de l'océan à la montagne de Massat. Il propose une cuisine

traditionnelle de notre pays, de la truite ou un délicieux magret aux aigrettes. Le burger XL est bien sûr maison et le fromage est... d'ici ! La grande terrasse, très agréable, permet des soirées sympas en été dans une ambiance cocktail et des concerts plutôt rock. Expositions diverses dans l'établissement, possibilité de logement, apéro-concert-tapas... Le lieu où il faut aller dans le Massatois.

## Dans les environs

### ■ GÎTE ENSO DE JULES

ALEU

① 05 34 14 05 13 / 06 84 27 99 86

[www.gite-aleu-ariegepyrenees.com](http://www.gite-aleu-ariegepyrenees.com)

[diedieu.valerie@orange.fr](mailto:diedieu.valerie@orange.fr)



Gîtes de France (3 épis). Fermé de novembre à février. Pour 4 personnes (60 m<sup>2</sup>, 2 chambres). De 335 € à 485 € la semaine selon saison. Week-end (2 nuits) : 140 €. Jeux pour enfants. Animaux acceptés (dépot de garantie : 50 €). Lave-linge.

Jules était le grand-père de la propriétaire de cette maison du début du XIX<sup>e</sup> siècle située dans un hameau de montagne à 800 mètres d'altitude. Vous cheminerez le long d'une petite route et découvrirez un panorama exceptionnel sur la chaîne des Pyrénées au cœur du parc naturel des Pyrénées Ariégeoises. 2 chambres, dont une mansardée, salle d'eau, banderole, cheminée (à foyer fermé) dans la cuisine, barbecue, jeux pour enfants, terrasse en direct sur le mont Vallier : tout est organisé pour passer des vacances dépayantes en pleine nature propice aux randonnées, à la pêche, à la découverte du pays massatois, du Couserans et de toute l'Ariège, bien évidemment !

## MAZÈRES

Mazères est une bastide qui a été fondée en 1253 par Adhémar, abbé de Boulbonne. C'est dans cette ville que les comtes de Foix bâtirent un château qui devint leur résidence favorite. C'est également là qu'il reçut le roi Charles VI en 1390. L'illustre Gaston de Foix, duc de Nemours, y naquit le 12 décembre 1489. Cette époque-là fut pour Mazères synonyme de fastes et de splendeurs car rois, princes et ambassadeurs y venaient. Même si les guerres de Religion ont en partie détruit ce glorieux patrimoine, les raisons de s'émouvoir sont encore très nombreuses à Mazères. L'église détruite et pillée pendant les guerres de Religion sera reconstruite à partir de 1687, par étapes successives et terminée en 1887 par pose de la flèche prismatique du clocher. Accolée à l'église une très belle halle avec une remarquable charpente qui lui vaut d'être classée à l'inventaire supplémentaire des Monuments historiques. Sous la halle, sept mesures à grains en pierre, d'une contenance de 50 à 100 litres, fabriquées en 1840, attestent de l'importance du marché de Mazères au XIX<sup>e</sup> siècle. Aujourd'hui Mazères a gardé son âme de village vivant avec ses marchés traditionnels et volailles vivantes tous les jeudis. Mais elle a su aussi trouver un souffle nouveau grâce notamment à l'implan-

tation de plusieurs zones industrielles et artisanales créant ainsi une économie vigoureuse et dynamique. Elle sait aussi tout au long de l'année faire la fête : foires au bétail, fête locale, médiévales et foire au foie gras.

### ■ OFFICE DE TOURISME

Rue Gaston-de-Foix

① 05 61 69 31 02 - [www.ville-mazeres.fr](http://www.ville-mazeres.fr)

[otia@saverdun.fr](mailto:otia@saverdun.fr)

Haute saison : ouvert tous les jours de 10h à 12h et de 15h à 18h.

Halte indispensable pour découvrir Mazères, sa gastronomie, son patrimoine ainsi que sa région.

## Points d'intérêt

### ■ DOMAINE DES OISEAUX

Route de Calmont

① 05 61 69 12 97 / 06 50 19 26 82

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

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

Ouvert toute l'année. Basse saison : le mercredi de 15h à 17h ; le week-end de 10h à 12h et de 15h à 17h30.



Dans les rues de Massat.

*Haute saison : le lundi et du mercredi au vendredi de 15h à 18h ; le week-end de 10h à 12h et de 15h à 19h. Gratuit.* Le site est magnifique, aux portes de Mazères sur la route de Calmont. Le Domaine des Oiseaux est unique en Midi-Pyrénées. Étendu sur près de 100 ha, il constitue une halte migratoire et un lieu de reproduction privilégié pour la faune ornithologique. Chaque année au printemps et à l'automne, des dizaines de millions d'oiseaux survolent les Pyrénées pour rejoindre leur destination. Ce domaine constitue une aire de repos et de restauration sur le chemin de leur migration. Sur cette zone humide avec ses 30 ha de lacs, près de 160 espèces avicoles ont été répertoriées ce qui en fait le premier lieu de cette nature en Midi-Pyrénées. Ici est implanté un centre de soins pour les oiseaux qui ont été blessés. Lorsqu'ils sont aptes, ils sont réintroduits dans la nature. 6 km de sentiers ont été aménagés pour vous permettre d'observer échasses blanches, grues cendrées, goélands leucophês, colverts... Deux observatoires sont aménagés à l'affût des allées et venues des oiseaux et un système de surveillance avec caméras vidéo permet de suivre l'évolution des oiseaux, sur un écran géant. Jumelles, longue-vue et autres appareils vous seront accessibles pour approcher de plus près les oiseaux du domaine. Un guide fournit toutes les explications nécessaires. Il est évidemment conseillé de faire le tour des lacs à pied. Le domaine abrite également une volière d'élevage de cigognes blanches en vue de leur réintroduction. Enfin, vous pourrez également visiter un petit musée paysan, une grange aux outils anciens agricoles et domestiques ainsi qu'un verger-conservatoire et un pigeonnier restauré. Possibilité de visite guidée avec repas à la ferme O Délices et même de dormir sur place au Domaine de Garabaud.

## MUSÉE D'ARDOUIN

Rue Castellane

Hôtel d'Ardouin

05 61 60 24 62

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

[musee.mazeres@wanadoo.fr](mailto:musee.mazeres@wanadoo.fr)

*OUVERT toute l'année. BASSE SAISON : le lundi et du mercredi au vendredi de 10h à 12h et de 14h à 17h ; le samedi de 10h à 12h uniquement. HAUTE SAISON : du mercredi au samedi de 10h à 12h et de 15h à 18h ; le dimanche et les jours fériés de 15h à 18h. GRATUIT jusqu'à 12 ans. ADULTE : 5 €. ENFANT (de 12 à 18 ans) : 3 €. GROUPE (10 personnes) : 3,50 € (visites de groupes toute l'année sur rendez-vous).* Situé dans un très bel hôtel du 16<sup>e</sup> siècle, Ce musée de présente l'histoire de Mazères depuis le néolithique jusqu'à notre histoire quasi contemporaine. Un jardin fait dans le plus pur esprit de la Renaissance borde ce beau bâtiment. On découvrira une exposition sur la culture et l'histoire du pastel, des reproductions d'armes médiévales, une exposition permanente « Barbares en Gaule du Sud ». Elle présente les objets issus des fouilles de la nécropole mérovingienne mise à jour il y a quelques années vers Bénazet. Le visiteur est appelé à devenir un véritable apprenti archéologue afin de découvrir quelles étaient les personnes qui ont été enterrées là, voici environ 1500 ans.

## Le couvert

### LES COUVERTS D'ANTAN

10, rue Gaston-de-Foix

05 61 68 39 89

*Ouvert du lundi au samedi le midi de 12h à 14h ; du jeudi au samedi le soir de 19h à 21h. Menus de 14 € à 30 €. Formule du midi : 11,40 €. Terrasse.*

Petit restaurant sympa sous les antiques arcades (les « couverts ») et proche de la halle. La salle, en longueur, est meublée de banquettes rouges et décorée de serviettes vertes. Aux commandes, deux beaux-frères, Jean-Louis Desmartin et Yann Mira. Vous vous régalez d'un petit camembert rôti au four et sa chapelure de jambon de pays. Le cassoulet est maison, le foie gras aussi, servi avec ses mendiant et une salade de mesclun au vinaigre balsamique. Le choix des produits est avant tout local et régional.

## ■ LA FERME Ô DELICES

**Route de Calmont**

**Domaine des Oiseaux – Lieu-dit Augé**

**© 05 61 60 65 30 / 06 64 44 77 93**

**www.fermeodelices.com**

**contact@fermeodelices.com**

Ouvert toute l'année. Ouvert tous les jours fériés sauf le 1<sup>er</sup> janvier. Tous les jours le midi de 12h à 14h ; du lundi au samedi le soir de 19h à 20h. Lundi soir et mardi soir uniquement sur réservation. Menus de 27 € à 33 €. Menu enfant : 9,90 € (jusqu'à 12 ans). Formule du midi : 14,50 € (hors week-end et jours fériés). Accueil des groupes. Jardin. Terrasse.

Dans le cadre bucolique du Domaine des oiseaux, cette ferme-auberge, gérée par Vanessa, est située à 3 km de Mazères et à une trentaine de minutes de Toulouse. Elle propose une grande salle de restaurant et une véranda chauffée pour déguster une cuisine du terroir raffinée pleine de soleil. La carte change tous les quatre mois. Autour des menus Basse-cour et Coq en pâte, on dégustera du foie gras, du canard et même une escapade exotique... accompagnés éventuellement de vin d'Ariège. Même les «petits» auront un menu adapté et équilibré. Quatre chambres d'hôtes vous accueillent avec salle de bains et toilettes individuelles, wifi, salon de lecture et climatisation. Quatre Thèmes différents pour la décoration, à la ferme, sous l'oranger Marocain, Nuit zen attitude ou encore conte de fée... A chacun ses envies de campagne, d'évasion, de détente ou de romantisme ! Comptez 75 € la nuit pour 2 personnes, petits déjeuners compris.

## ■ PAP'S PIZZA

**50, boulevard des Comtes de Foix**

**© 05 61 67 58 17**

Ouvert toute l'année. Du mercredi au samedi le midi de 11h30 à 13h30 et de 18h30 à 21h30 ; le dimanche soir de 18h à 21h. Haute saison : le mardi de 11h30 à 13h30 et le soir de 18h30 à 21h30. Pizzas de 9,50 € à 14,50 €. Hamburger Classic 6,20 €. Hamburger Ariégeois 6,70 €. Chèque Restaurant. Terrasse.

Pap's Pizza, la pizza de papa... et de sa fille, Claude et Fanny. La lourde porte en bois massif montre que nous entrons dans un endroit sérieux et solide ; le sourire de Fanny le confirme. Cette charmante jeune femme a déjà fait ses preuves dans un célèbre restaurant de Mazères et concocte des pizzas hors du commun : taille 38 cm, sauce tomate maison, pesto maison, véritable jambon, farine en direct d'Italie pour des pizzas tout en goût et en légèreté. Particularité originale de cette pizzeria qui propose également des paninis, sandwichs et salade à composer soi-même : la confection de hamburgers. Le pain est exclusivement préparé et mis au four par le boulanger d'à côté, Monsieur Lacoste. Il en est de même pour le pain des sandwichs. Nous avons craqué pour le hamburger ariégeois au fromage de Bethmale, oignons et sauce hamburger. La préparation se fait en cuisine, sous vos yeux, depuis le comptoir. Les pizzas et hamburgers sont « à emporter » mais, dès le soleil revenu, il est possible de manger en terrasse, sur l'agréable place et sous les parasols. Le week-end, pâtisseries arméniennes à déguster. Adresse futée entre Toulouse et l'Ariège, pour une halte sympa qui associe goûts et originalité.

## ■ LE PARADIS DU PAPE

**Le Pape, Route de Molandier**

**© 05 61 69 39 40 / 06 86 66 68 77**

**www.leparadisdupape.com**

Ouvert toute l'année. Du mardi au vendredi le midi. Menus de 28 € à 38 €. Menu enfant : 12 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes (jusqu'à 200 personnes !). Chaises bébé. Jardin. Terrasse. Vente à emporter. Wifi gratuit.

*Habemus papam*, c'est ce qui est déclaré quand la curie du Vatican élit un pape. Eh bien, en Ariège nous en avons un également. Le nôtre n'a que la cuisine pour religion. Il s'appelle Mike De Saint Nicolas et vous fait découvrir ses mets dans le restaurant de Nathalie et Nicolas, mais également en tant que traiteur. Les plats sont élaborés à base de produits frais et de saison et il est possible de commander en vente à emporter des plats typiques comme la bouillabaisse ou un cassoulet de grands-mères. L'ardoise est changée régulièrement. L'établissement est situé dans un cadre exceptionnel, disposant d'un magnifique parc fleuri de 2 hectares qui s'étend au bord d'une rivière et d'une terrasse ombragée et fleurie de 400 mètres carrés. Pour les grands événements, une salle d'une capacité de 200 personnes est entièrement dédiée aux mariages, repas de groupes et séminaires. Ce qui fait du Paradis du Pape le seul restaurant en Ariège ayant une capacité d'accueil aussi importante.

## Le gîte

### ■ DOMAINE DE GARABAUD

**Route de Calmont © 05 61 69 40 80**

**www.domainedegarabaud.fr**

**contact@domainedegarabaud.fr**



Ouvert toute l'année. Fermé le dimanche. 24 chambres. Chambre simple 42 € ; chambre double 55 € ; chambre triple 70 €. Petit déjeuner : 7 €. Repas : 12,50 € par personne. Séminaires. Réceptions et mariages. Wifi. Restauration (menus du midi : 12 €).

Situé à deux pas de Toulouse, dans un parc de huit hectares, le Domaine et son restaurant, le Hérisson, vous offrent de larges possibilités d'hébergement : 24 chambres de 1 à 4 personnes (soit 50 couchages), toutes équipées de douche, WC et d'un accès libre Internet (wifi). Il propose également une piscine, un terrain de tennis et un terrain multisport. Le restaurant propose tous les midi's de la semaine un menu différent à base de légumes et fruits frais et de plats cuisinés maison. Ce lieu est totalement propice aux réceptions, séminaires, mariages et événements et peut accueillir de 30 à 500 personnes.

## Emplettes

### ■ CHARCUTERIE FONTÈS

**11, rue Gaston-de-Foix © 05 61 69 42 36**

**www.charcuterie-fontes.com**

**antoine.fontes09@orange.fr**

Ouvert du mardi au dimanche. Ouvert le dimanche (matin). Vous voici face à un « patrimoine vivant ». Mais non, ce n'est pas un monument historique en mouvement

mais un label, une marque de reconnaissance mise en place pour distinguer des entreprises françaises aux savoir-faire artisanaux et industriels d'excellence. La charcuterie Fontès, et son « Galavard du Terrefort », porc lourd élevé en Ariège a décroché cette distinction grâce à la qualité et à la régularité de ses productions. Christian Fontès peut être fier de son travail et de l'idée qu'il a eu de travailler avec trois éleveurs qui « font venir » ce Galavard, transformé à la charcuterie en jambon sec, saucisse, plats cuisinés régionaux grâce à un savoir faire et un patrimoine, bien que vivant, est avant tout familial depuis 1920. Les productions de Christian Fontès sont également disponibles à la charcuterie Vié à Pamiers. Sinon, pour les plus pressés, une boutique en ligne est accessible sur le site internet. Si vous n'aimez pas le cochon, vous pouvez vous régaler avec les foies gras d'oie ou de canard, les confits, les magrets, le cou farci...

## Marchés

### MARCHÉ

#### 35, boulevard des Comtes-de-Foix

Ouvert le jeudi.

Traditionnel et volailles vivantes tous les jeudis. Mazères a gardé l'église du XIII<sup>e</sup> siècle avec peintures de choeur ainsi qu'une belle halle datant de 1846. A 3 kilomètres au Sud-Est de Mazères se trouvait l'abbaye de Boulbonne, créée en 1129 et qui bénéficiait d'une telle renommée à l'époque cathare qu'elle était considérée comme le Saint-Denis des comtes de Foix, en référence à la glorieuse basilique Saint-Denis. Boulbonne fut un intense foyer de vie culturelle, religieuse, politique et économique. Le petit château de la Nogarède, en grande partie du XVIII<sup>e</sup> siècle, fut la demeure de l'écrivain La BeauMelle, qui a tant agacé Voltaire, puis du philosophe Gleize, un précurseur des Verts qui prônait, au début du XIX<sup>e</sup> siècle, le respect de la nature et la vie végétarienne. Aujourd'hui, Mazères retrouve un souffle nouveau, grâce notamment à une économie vigoureuse et dynamique autour de deux entreprises phares : la Compagnie Internationale Trigano et Ruggieri-Lacroix, grâce aussi à ses Médiévales, sa foire au bétail en avril et sa foire au foie gras en décembre.

## Dans les environs

### Montaut

#### DOMAINE DE MONTAUT

##### Le Domaine de Motelèbre

05 61 68 34 16 / 07 82 14 55 36

[www.domainedemontaut.net](http://www.domainedemontaut.net)



Ouvert toute l'année. 3 chambres. Chambre double 49 €. Petit déjeuner inclus. Location caravane : à partir de 130 €/semaine par personne. Chèque Vacances. Restauration (table d'hôte 14 € adulte, enfants 9,90 €). Vente. Animations. Le Domaine de Montaut qui s'étend sur 30 ha est une ferme étonnante, les animaux qui la composent vous émerveilleront. Lapins, chèvres, vaches, cochons tout y vit en plusieurs dimensions. Un grand nombre d'espèces côtoient ses semblables de toutes tailles, du lapin géant

des Flandres au lapin toy en passant par celui de Saint-Girons, vous approchez le cochon noir de 15 centimètres, le mouflon et les chèvres naines qui côtoient les ânes. Le Domaine expose aussi une collection de vieux outils, tracteurs et bateleuses. L'équipe vous permettra de vous divertir en pratiquant l'équitation avec des Mérens (petit cheval des Pyrénées), les descentes de l'Ariège en canoë ou les courses en chiens de traîneaux. Mais le Domaine de Montaut c'est aussi la pension en gîte rural, en chambres d'hôtes, en dortoir et en camping. Les campeurs ont le choix entre la location de caravanes-chalet, de caravanes ou tout simplement un emplacement pour tente. Chaleur et convivialité, vous serez accueillie avec grand plaisir à la table d'hôte. Méchoui tous les vendredis en été. A proximité du Domaine : pêche, golf, tennis et jet ski ...

### ■ DOMAINE DU PÉGULIER

#### Lieu-dit Pégulier, RD29

05 61 68 30 65 – [www.pegulier.com](http://www.pegulier.com)

[pegulier@orange.fr](mailto:pegulier@orange.fr)

#### A61, A66, Toulouse, Carcassonne, sortie n° 2.

Gîtes de France (3 épis). Ouvert toute l'année. Chambre simple 85 € ; chambre double 100 € ; chambre triple 128 €. Petit déjeuner inclus. Restauration (menu : 30 €). Cette somptueuse demeure du XVIII<sup>e</sup> siècle est une ancienne propriété vinicole dans un superbe havre de paix et de verdure. Le Domaine du Pégulier est vraiment exceptionnel et les chambres aménagées avec un grand goût et beaucoup de finesse. La décoration des salles communes, dont le salon, est une pure merveille. Une adresse où raffinement, calme et douceur de vivre sont au rendez-vous. Le parc, la piscine, la terrasse vous invitent à un séjour de rêve. Sur réservation vous pourrez profiter de la table d'hôtes et des talents culinaires de votre charmante hôtesse passionnée du passé historique de notre région. L'ancien pigeonnier du XVIII<sup>e</sup> siècle a été aménagé en gîte, 2 chambres et une somptueuse pièce à vivre vous y attendent si vous désirez roucouler dans le silence et la sérénité.

### ■ LA BOUTIQUE DE L'ÉCUREUIL

#### Philippe Huertas, Porteteny

05 61 68 32 98 – [www.boutique-ecureuil.com](http://www.boutique-ecureuil.com)

[philippe.huertas@wanadoo.fr](mailto:philippe.huertas@wanadoo.fr)

Hauts saison : ouvert du lundi au vendredi de 15h à 18h. Le reste de l'année, le dimanche et jours fériés et sur rendez-vous.

La noiserie, au pied des Pyrénées, compte environ 20 000 arbres. Cette entreprise artisanale et familiale, depuis plus de vingt ans, exploite la noisette et la noix pour les transformer ensuite en délicieux produits soit en cosmétique, soit en gastronomie. Pour le confort et la beauté du corps, découvrez les huiles de massage, les crèmes de soins ou les shampoings. Côté assiette, bien sûr les huiles d'assaisonnement, les noix et noisettes, les sablés et les nougats. Il faut savoir que la noisette est riche en sels minéraux (magnésium, calcium, vitamines E, A, C, D) qui ont une action sur l'organisme et le système cardio-vasculaire. La visite est basée sur la culture du noisetier, le matériel de transformation de ce fruit, la presse à huile et la fabrication du savon. Vous saurez tout, en outre, sur la vie de l'écureuil. La noisette sort de sa coquille, pour votre plus grand plaisir !

## Un pays d'art et d'histoire

Vous voici dans un pays chargé d'histoire et fier de son patrimoine artistique et culturel : le « Pays des Pyrénées cathares », en Ariège. Ce label regroupe et recense 30 animations autour du patrimoine durant l'année, des actions pédagogiques pour les enfants et concerne 56 communes de ce beau territoire. Plus de 120 panneaux explicatifs sont disséminés pour apporter de nombreuses informations et transmettre le savoir de nos ancêtres. La liste des communes et des manifestations sont en ligne ([www.pyreneescathares-patrimoine.fr](http://www.pyreneescathares-patrimoine.fr)). Les moyens de communication modernes sont au service du patrimoine.

## MIREPOIX

Le nom de la cité est lié à celui de la famille des Lévis et remonte au XIII<sup>e</sup> siècle. En 1209, Guy de Lévis, originaire de la région parisienne, lieutenant du chef croisé Simon de Montfort lors de la croisade de sinistre mémoire contre les Cathares, reçut le fief de Mirepoix auquel le nom de la famille fut désormais associé. Il devint ensuite le maître d'une puissante seigneurie et fonda ainsi la lignée de Lévis-Mirepoix. En 1289, la ville fut emportée une seconde fois par une inondation catastrophique et reconstruite sur la rive gauche de l'Hers selon un plan en damier. Malgré l'eau et le feu, de superbes vestiges du passé demeurent intacts. La place centrale présente un vaste ensemble d'architecture médiévale et Renaissance, exceptionnelle par ses galeries à piliers de chêne, appelées « couverts » et supportant de magnifiques façades à colombages. C'est un lieu unique en Ariège qu'il faut absolument admirer. La plus belle de ces demeures, la maison des Consuls, est bâtie sur des solives sculptées, aux portraits saisissants, moqueurs, d'une expression étonnante, tel ce diable à la grimace sarcastique. La visite de la cathédrale Saint-Maurice dont la première pierre fut posée le 6 mai 1297 par Jean de Lévis et sa femme, Constance de Foix, s'impose par la taille de sa nef unique, la plus large de France avec ses 22 mètres. A 2 kilomètres de la ville, ont survécu les ruines du château de Terride, château des seigneurs de Mirepoix, dont il reste une tour carrée, les débris d'une chapelle, une enceinte de fossé et une place d'armes entourée de murs percés de meurtrières.

**■ OFFICE DE TOURISME  
DU PAYS DE MIREPOIX**  
**Place Maréchal-Leclerc**  
**① 05 61 68 83 76**  
**[www.tourisme-mirepoix.com](http://www.tourisme-mirepoix.com)**  
**[contact@tourisme-mirepoix.com](mailto:contact@tourisme-mirepoix.com)**

Ouvert du lundi au samedi de 9h15 à 12h15 et de 14h à 18h. Haute saison : le dimanche de 10h à 12h et de 14h à 18h. Ouvert le dimanche (en été).

Voilà un office de tourisme qui remplit toutes ses missions avec un professionnalisme que nous nous devions de souligner. La première que l'on attend de ce type d'établissement est l'accueil des touristes, répondre aux demandes d'informations, conseiller un hébergement, un restaurant, une activité de loisir, etc. La deuxième est le lien entre l'office et les professionnels de la branche touristique de la région. Dans les deux cas les missions sont accomplies et réussies ! L'équipe de Véronique Racaud

associe humour, sourire et sympathie (spécial dédicace à Huguette). Merci messieurs dames.

### ■ PAYS D'ART ET D'HISTOIRE

#### Office de tourisme

Ouvert toute l'année.

Laissez-vous conter le pays des Pyrénées cathares par des guides conférenciers et des animateurs de l'architecture et du patrimoine. Marina Salby, guide conférencière, vous accompagne dans Mirepoix pour des visites guidées à la découverte de son riche patrimoine afin de comprendre la ville. Organisées toute l'année sur réservation pour les groupes et en saison pour les individuels à l'office de tourisme. Tous les mercredis soir des mois de juillet et août, laissez-vous tenter par une visite guidée aux flambeaux de la bastide de Mirepoix.

## Points d'intérêt

### ■ MARCHÉ DES POTIERS

② 05 61 67 21 41

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

[autourdelaterre@club-internet.fr](mailto:autourdelaterre@club-internet.fr)



« C'est un petit potier qui a une poupée et qui peut pas » loin de la chanson de l'ami, Pierre Perret, plus de 40 potiers, venant de toute la France, vous présentent leurs productions et leurs réalisations : poterie culinaire, sculptures, pièces uniques, bijoux en faïence, grès, terre vernissée, porcelaine, œuvres d'art... Couleurs, formes, techniques et textures sont à l'honneur. Vous déambulerez au milieu des artistes et des artisans sur la superbe place des Couverts. Animations pour le public, tour à la corde, four... Ateliers pour enfants.

## Le couvert

### ■ LA CARDAMOME

38, place Maréchal-Leclerc

③ 05 34 01 14 84 / 06 67 77 49 40

[somenfrazier@live.fr](mailto:somenfrazier@live.fr)

Fermé du 1<sup>er</sup> février au 31 mars. Ouvert tous les jours de 11h à 23h. Menu unique à 13,50 €. Menu enfant : 5 €. Plat du jour : 10 €. Possibilité vegan et sans gluten. CB non acceptée. Accueil des groupes. Terrasse. Vente à emporter. Animaux acceptés, Wifi.

# DANS LE CONFORT DES CONSULS DE MIREPOIX

123



Maison des *Consuls*  
ET SON BAR A VIN

Une vue imprenable sur...  
le XIII<sup>e</sup> siècle!

6 Place du Maréchal Leclerc  
09500 MIREPOIX



[www.maisondesconsuls.com](http://www.maisondesconsuls.com) - 05.61.68.81.81 - hotel@maisondesconsuls.com

Sous les Couverts, les célèbres Consuls de Mirepoix côtoient la belle Pyrène et sa légende fantastique. Deux noms célèbres pour deux établissements riches en histoire désormais dévolus au repos du corps et aux plaisirs du palais.

## ■ LA MAISON DES CONSULS\*\*\*

6, place des Couverts

05 61 68 81 81

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

hotel@maisondesconsuls.com



Ouvert toute l'année. 7 chambres (+ 2 junior suites). Basse saison : chambre double de 85 € à 125 €. Haute saison : chambre double de 95 € à 150 €. Petit déjeuner : 6,50 € (petit déjeuner express). Le complet Parisien 12 € et l'Ariégeois à la fourchette 16 €. Garage : 10 € (parking public gratuit). Animaux acceptés (10 €). Wifi gratuit. Restauration (planches de 10,90 € à 14,90 €). Pas d'ascenseur.

Entièrement refait, l'hôtel La Maison des Consuls est une demeure historique située au cœur de la place médiévale de Mirepoix. « Vue imprenable sur le XIII<sup>e</sup> siècle », une façon imagée de dire que la majorité des chambres, meublées avec goût, mêlant ancien et contemporain, donnent sur la place médiévale, avec une vue exceptionnelle sur la cathédrale. Dotées de belles salles de bains spacieuses et modernes, elles affichent toutes une personnalité différente en relation avec un Mirapicien

illustré : « Marquis » est classique, « L'Ecrivain » Art nouveau, « Dame Louise » avec un baldaquin soleil, la suite « L'Acémicien » Art déco et la suite « L'Astronome », au mobilier moderne d'artiste, bénéficie d'une grande terrasse privative.

Les chambres sont superbes avec un confort et des matériaux nobles, dignes d'un palace mêlant l'authentique et les dernières technologies telles les lampes led qui donnent une ambiance chaleureuse. Le petit déjeuner est servi dans une salle rustique ou selon la météo en terrasse sous les « couverts du Moyen Age ».

## ■ LES RAISINS DE PYRÈNE

Place Maréchal-Leclerc

05 61 68 81 81

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

hotel@maisondesconsuls.com

Ouvert toute l'année. Tous les jours de 10h à 20h. Terrasse. Restauration.

Ce bar à vin est ouvert toute la journée et offre une sélection de vins du piémont pyrénéen choisis chez des viticulteurs indépendants. Disposant également d'une belle carte de bières, vous y trouverez des casse-croûte très originaux à base de produits régionaux comme des planches de charcuterie et fromages du pays, de foie gras et du magret fumé, des sandwichs maison, etc. Bernard Garcia, toujours à la pointe avec ses nombreux voyages à l'étranger, trouve des idées ingénieuses au service des clients et donne avec sa sympathique équipe de bons conseils pour découvrir la cité et ses environs.



Maison des *Consuls*  
Hôtel de charme et de caractère \*\*\*  
MIREPOIX | ARIÈGE | PYRENEES

Une vue imprenable sur...  
le XIII<sup>e</sup> siècle!

6 Place du Maréchal Leclerc  
09500 MIREPOIX



[www.maisondesconsuls.com](http://www.maisondesconsuls.com) - 05.61.68.81.81 - hotel@maisondesconsuls.com

Et si on prenait le temps d'avoir le temps ? Nous sommes ici dans un établissement qui brille par son originalité. C'est un restaurant bio, d'accord il y en a d'autres, mais celui-ci vous concoctera des spécialités indiennes, méditerranéennes et, surtout, végétariennes ! Ça sent bon l'Inde et les épices, les parfums du curry, des nems ou du samosa. Ici, on mange du taboulé au quinoa, des falafels délicieux et goûteux et de succulents rouleaux aux épinards et fromage de chèvre. Le restaurant soutient les producteurs locaux et le développement durable. C'est bon, c'est bio, c'est cool, c'est reposant, c'est zen ...

### ■ LE CHAPELIER FOU – THE MAD HATTER

**34, place Maréchal-Leclerc**

05 61 69 38 86 / 06 88 69 57 68

[themadhatter@orange.fr](mailto:themadhatter@orange.fr)

Ouvert le lundi de 7h30 à 18h ; le lundi de 7h30 à 22h. Basse saison : le mardi et du jeudi au dimanche de 9h à 18h. Haute saison : tous les jours de 9h à 22h. 13,50 € (bagel+dessert+boisson. Burger+dessert+boisson : 14 €). English breakfast : 9,50 €. Toasties 7,50 €. Burgers 8,50 €. Bagel chaud 8 €. Chaises bébé. Terrasse. Animaux acceptés. Wifi.

« Hello darling. Dou iou wante tou ite un anglie brique feuste ? » ... Difficile de retranscrire notre accent français si sexy... Le fox devient aussi fou que le chapeleur d'*Alice au pays des Merveilles*. Ce salon de thé, petit restaurant situé sous les couverts, à côté de la halle, propose un snack traditionnel anglais. Petits déjeuners (breakfast), bagels, hamburgers... C'est pas cher, c'est un peu dépayasant, loin de la culture occitane et franchement très sympa. See you soon !

### ■ LE GRAIN DE SEL

**17, rue de Vigarozy**

05 61 68 30 71 / 06 73 10 37 20

Ouvert du mercredi au lundi le midi ; le vendredi et le samedi le soir. Menus de 20 € à 25,30 € (cassoulet + dessert : 20 €). Formule du midi : 16 € (plat+dessert). Terrasse. Une excellente adresse à Mirepoix car une « vieille » connaissance réputée. Les amateurs de bonnes adresses reconnaîtront Sylviane Galea en cuisine et se remémoreront Le Joug de Labastide-sur-l'Hers. Vous vous régalez d'une cuisine régionale, familiale et traditionnelle à base de produits frais, dont le boudin aux pommes venant de Raissac. Petit clin d'œil dans les toilettes, le miroir qui est un ancien joug. A l'entrée on vous rappellera qu'ici

«on cuisine». Et pas seulement, on épuche, on cisèle, on émince, on poche, on fleure, on déglace... Nous sommes ici au cœur d'une affaire de famille. La maman de Sylviane, Noëlle, est au service et participent également sa fille Eugénie et Lionel.

### ■ HÔTEL-RESTAURANT LE COMMERCE

**8, rue de l'Evêché**

05 61 68 10 29

[www.le-commerce.fr](http://www.le-commerce.fr)

[hotel.lecommerce@gmail.com](mailto:hotel.lecommerce@gmail.com)

*Logis (1 cocotte).* Basse saison : ouvert du dimanche au vendredi de 12h à 14h et de 19h30 à 21h. Haute saison : du dimanche au vendredi et les jours fériés de 12h à 14h et de 19h30 à 21h. Réservation recommandée. Menus de 19 € à 36,50 €. Menu enfant : 8 € (jusqu'à 12 ans). Suggestion du jour : 14 € (du lundi au vendredi midi (sauf jours fériés)). 36 chambres de 55 € à 74 €. Petit déjeuner 8 €. Terrasse.

Idéal pour repas de famille. Les traditions sont respectées dans cet établissement où la fibre de la restauration et de l'hôtellerie remonte à plusieurs générations. C'est Frédéric qui est en cuisine et Laurent en salle. Les recettes se sont donc transmises de génération en génération. La dernière lignée est restée fidèle aux grands « fondamentaux » (comme disent les rugbymen) comme l'omelette aux cèpes (en saison), le canard en magrets ou en confit et bien entendu, le cassoulet, le foie gras, les gésiers et nombre de plats intemporels de la cuisine ariégeoise. Mais vous pourrez aussi déguster la lotte à l'hypocras, la truite de nos rivières, des cuisses de grenouilles à la persillade, les noix de Saint-Jacques aux petits légumes, sans oublier les viandes comme le tourmedos grillé maître d'hôtel. L'hôtel, justement, compte trente-six chambres différentes avec pour dénominateur commun le confort de rigueur attendu. Quand la saison le permet, les petits déjeuners ou les repas se prennent volontiers sur la terrasse ombragée où trônt de somptueux arbres qui vous protégeront du chaud soleil ariégeois.

### ■ L'IMPÉRIAL

**9, cours Colonel-Petitpied**

05 61 60 26 25

[www.resto.mirepoix.free.fr](http://www.resto.mirepoix.free.fr)

Ouvert toute l'année. Du mercredi au lundi de 12h à 14h et de 19h à 22h30. Menus de 15 € à 23 €. Carte : 11 € environ. Menu enfant : 7,50 €. Formule du midi :



20, cours du Docteur Chabaud 09500 MIREPOIX  
Tél. 05 61 68 10 29 - Fax 05 61 68 20 99  
[www.le-commerce.fr](http://www.le-commerce.fr)

### HÔTEL - RESTAURANT



**10 €. Menu végétarien : 16 €. CB non acceptée. Chèque Restaurant. Terrasse. Vente à emporter.**

Accueil toujours souriant de la maîtresse des lieux, même si, un samedi soir, vous n'avez pas réservé. Elle se démène pour vous trouver une place. Situé sur le boulevard extérieur à la bastide avec un vrai décor asiatique aux couleurs rouge et safran, bercé par une musique discrète, nous vous invitons à découvrir ce restaurant spécialisé dans la cuisine chinoise et vietnamienne. Dans un coin une statue de Bouddha transformée en fontaine renforce le côté zen de la salle. L'accueil est souriant et agréable. La carte est impressionnante par le nombre de plats proposés : des fondues vietnamiennes, Thai ou Royale, des spécialités à l'ail, au basilic de seiche, de crevettes ou de coquilles Saint-Jacques, un vaste choix de salades, bun cha ou bo bun pour ne citer qu'elles. En été, les repas peuvent se prendre sur la Terrasse donnant sur la rue. L'établissement propose également la vente à emporter des plats proposés en salle. La carte est variée, les plats délicieux et le service efficace et rapide. Possibilité de plats à emporter avec remise de 10%.

#### ■ L'AUTRE JARDIN

**28, cours du Colonel-Petitpied  
① 05 34 02 15 37 / 06 66 26 02 57  
lautrejardin@orange.fr**



*Fermé du 30 septembre au 1<sup>er</sup> juin. Basse saison : ouvert du vendredi au mardi le soir ; du dimanche au mardi et le vendredi le midi. Haute saison : du dimanche au vendredi le midi ; tous les jours le soir. Formule du midi : 16 € (entrée + plat ou plat + dessert. Menu complet 18 €). Vin au verre. Accueil des groupes (+ de 10 personnes). Terrasse. Voilà une adresse qui a su faire son chemin dans le paysage gastronomique de Mirepoix. Emmanuelle, Mirapicienne d'origine, et Sébastien ont choisi de quitter leur vie citadine pour se lancer dans la grande aventure de la restauration. Quelle bonne idée et comme ils ont eu raison ! Ils ont transformé cette ancienne pizzeria en un endroit accueillant, chaud, au décor moderne fait de tables hautes et de chaises perchées. À noter pour les geeks inébranlables le Wifi gratuit accessible dans le restaurant. Emmanuelle est à l'accueil et au service. Sébastien, en cuisine, ravit nos papilles de plats élaborés à partir de produits frais et de saison. La carte se renouvelle sans cesse au gré des arrivages. Un exemple du menu de midi ? Oeufs brouillés à l'huile de truffe, tartare de saumon (Label rouge) et frites maison, faisselle fermière. Pour accompagner ces mets, vous choisirez votre vin directement à la cave. Le restaurant propose également une vraie cuisine japonaise ! Le soleil se lève sur les ramens, sushis, sashimis et autres tempuras... À l'extérieur, un grand jardin isole du brouhaha de la place des Couverts pour profiter du calme estival.*

#### ■ LES MINOTIERS

**Avenue Maréchal-Foch  
① 05 61 69 37 36  
www.lesminotiers.com  
info@lesminotiers.com**

*OUVERT toute l'année. Du dimanche au vendredi. Menus de 17 € à 55 € (possibilité de menus en accord avec les vins). Formule du midi : 14 € (du lundi au vendredi). Vin*

**Cuisine traditionnelle**

**Produits locaux de saison cuisinés maison**

17, rue Vigarozy - 09500 MIREPOIX  
Tél. : 05 61 68 30 71 - 06 73 10 37 20

*au verre. Chambres de 55 € à 150 €. Accueil des groupes (salle équipée pour séminaires). Terrasse. Climatisation, Parking.*

*Le chef vous propose une cuisine préparée avec des produits frais et régionaux, aux accents du terroir. Vous hésitez probablement au moment de choisir : foie gras mi-cuit aux figues, agneau en croûte, faux-filet montagnard à la fondue de Bamalou, filet de pigeon ou encore l'excellente truite royale à la Mirepoix... Tous les jours, arrivage de poissons frais. La carte des vins a été enrichie de crus arlégeois et elle compte, au total, plus de 140 références. Une petite boutique vous permet d'acheter quelques produits régionaux de qualité. Une chambre balnéo avec jardin privé et bassin extérieur. Cet établissement, 2 étoiles et 3 cheminées, a résolument choisi le registre de l'élégance pour l'accueil et la décoration et celui de la qualité originale pour l'assiette. Une adresse sûre et incontournable à Mirepoix, jamais déçue.*

#### ■ N°8

**8, rue du Maréchal-Clauzel  
① 05 61 60 19 19**



*Ouvert le dimanche, le lundi, le jeudi et le vendredi le midi de 12h à 13h30 ; du jeudi au samedi le soir de 19h à 20h30. Bar ouvert de 18h à 22h (tapas jusqu'à 21h) les jeudi, vendredi et samedi. Réservation recommandée. Menu unique à 32 € (le soir). Formule du midi : 18 € (2 plats. 21 € pour 3 plats). Vin au verre. Menu du soir 32 € pour 3 plats. Chambres de 90€ à 250 €. Terrasse.*

Le Relais n'est ni un relais postal, ni un relais de chasse, c'est un ancien hôtel particulier, vieux de 500 ans, situé dans la bastide médiévale de Mirepoix. La cour intérieure dégage une impression de luxe et de temps passé. La salle de restauration est tout en longueur, avec une console centrale entourée de tables rondes ou carrées. De grandes fenêtres sont entourées de belles tentures dorées tombantes des plafonds immenses. Au sol, des tomettes traditionnelles aident à donner une ambiance chaleureuse pendant que le feu crépite dans le poêle de la cheminée. Le soir avant le dîner, le restaurant propose des tapas succulentes que l'on peut commander à l'unité ou profiter d'un plateau complet. On les dégusterà en saison dans la cour magistrale. L'établissement a été repris et son concept revu par Karl et Emma Lashford. Le chef, Karl, a fait ses preuves au Waterside Inn à Bray, au Ritz et au Gavroche à Londres. Il a également œuvré en tant que sous-chef au Domaine Gayda dans l'Aude. Il n'y a pas de carte mais deux menus pour le déjeuner et le dîner, chacun proposant un choix de plats différents composés principalement de produits du terroir. Le Renard s'est délecté d'une salade au jambon sec, épinards frais et mélange subtil de feuilles diverses, agrémentée d'une vinaigrette très parfumée. S'en est suivi un espadon très goûteux cuit parfaitement, ce qui est à remarquer tant la cuisson de ce poisson est souvent exagérée. Le gâteau à la noix de coco, légèrement tiède, accompagné d'une excellente crème chantilly maison et sa feuille de menthe a contribué à faire de cet établissement une adresse remarquable dans la cité médiévale de Mirepoix. Appréciable également le choix de deux pains différents dans la corbeille accompagnés de beurre demi-sel. Le service est à la hauteur de l'ensemble, de qualité, professionnel, discret et efficace.

### ■ LE PETIT BOUCHON

**50, place du Maréchal-Leclerc**

© 05 34 02 15 18

*Basse saison : ouvert tous les jours le midi ; du jeudi au samedi le soir. Haute saison : tous les jours le midi et le soir. Menus de 17,90 € à 24,90 €. Menu enfant : 8 €. Formule du midi : 13,90 € (entrée + plat ou plat + dessert). Hamburgers de 13,50 € à 16,50 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Terrasse. Vente à emporter. Wifi, climatisation, chaise bébé.*  
 Laurent Cieutat est passé des oiseaux au bouchon, de Mažères à Mirepoix. Il a bien fait. L'ambiance est décontractée, conviviale, détendue. L'accueil est souriant, sympathique et très professionnel. On est tout de suite à l'aise. La cuisine est composée de produits locaux et de charcuteries ariégeoises bien entendu ! Est ce nécessaire de préciser que les frites sont maison ? Il y en a pour tous les goûts. Cuisine inventive, salades copieuses et même pour les aficionados des hamburgers ! Attention on est pas chez le clown américain. Ici il y a du foie gras dans le hamburger ariégeois et du canard. Une adresse sympa sous les couverts.

### ■ PIZZERIA LA MIRAPICIENNE

**Chemin de la Treyte**

**Route de Pamiers**

© 06 08 11 68 66

*OUVERT toute l'année. Du mardi au dimanche de 11h30 à 13h30 et de 17h30 à 21h. Pizzas de 7,80 € à 12,30 € taille petite et de 8,80 € à 13,30 € taille grande. Terrasse. Vente à emporter. Parking.*

Située à la sortie de Mirepoix, en direction de Pamiers, la Mirapicienne propose des pizzas sur une base de sauce tomate ou sur une base de crème fraîche. Vous dégusterez les « classiques » de la pizza, comme le chausson ou la napolitaine, mais vous pourrez vous aventurer dans des rencontres de goûts italo-ariégeois, telle la mirapicienne, au foie gras et magrets, la kebab aux goûts orientaux ou pizza ananas en sucré-salé. Cette année deux nouveautés « animales » : la cocotte et la cochonne. Poulet et jambon de pays sont au rendez-vous. Pour vos soirées, sur commande, vous pourrez acheter des plaques de pizzas ou des plaques de quiches. L'accueil est toujours sympathique et souriant et les pizzas sont toujours excellentes à base de produits de qualité. Une adresse futée, ouverte le dimanche soir !

### ■ LE PRÉLUDE

**25, place du Maréchal-Leclerc**

© 05 61 68 11 26

**www.leprelude09.fr**

*OUVERT toute l'année. Basse saison : du vendredi au mercredi le midi ; le mardi, le vendredi et le samedi le soir. Haute saison : tous les jours. Menus de 19 € à 25 € (plancha et menu plancha de 10,50 € à 29 €. Tapas de 3 € à 8 €). Menu enfant : 7,50 €. Formule du midi : 12,90 € (entrée + plat ou plat + dessert. Plat du jour 9,50 €). Terrasse. Animations.*

Changement de nom et de propriétaire pour cet établissement autrefois occupé par une adresse bien connue localement et qui existait depuis le XIX<sup>e</sup> siècle. L'ambiance musicale de l'ancien Grillon Chantant est maintenue et c'est donc un Prélude à une nouvelle vie, une reconversion pour la famille Palomo. On attend le chant mélodieux des plats qui défilent dans la grande salle et sur la terrasse dès le soleil revenu. On sent dans les menus et la cuisine une influence espagnole venant de l'autre côté des Pyrénées si proches. Gambas, plancha, tapas, charcuterie ibérique... Les produits sont frais et la cuisine est délicieuse mais surtout créative comme ce velouté de salade, tartare de Saint-Jacques et emulsion de mozzarella. Aucune fausse note, tout est délicieux, les plats du jour sont soignés sans bémol, l'accueil de Laurence et Marie, charmant. Soirées concerts, ambiance musicale. Bon vent à ce Prélude en majeur.

### ■ LES REMPARTS

**6, cours Louis-Pons-Tande**

© 05 61 68 12 15

**www.hotelrmparts.com**

**contact@hotelrmparts.com**

*OUVERT du mardi au samedi le soir de 19h30 à 21h30 ; le vendredi et le samedi le midi de 12h à 13h30. Réservation recommandée. Menus de 22 € à 37 €. Menu enfant : 12 €. Vin au verre. Hôtel de grand confort ouvert 7 jours sur 7. Demi-pension sur réservation. Chambres de 65 à 95 € en basse saison et de 75 à 105 € en haute saison. Petit déjeuner : 9,50 €. Soirée Etape : 70 €. Accueil des groupes. Terrasse.*

Souvent récompensé par les plus hautes instances de la gastronomie française, le restaurant est un incontournable de la cité mirapicienne depuis des années. Il a été rénové, conservant cependant un aspect authentique avec une cheminée, des poutres apparentes et une ambiance alliant classe et sobriété. Il est désormais sous la direction de Géraldine Portoles. En cuisine, vos papilles se retrouveront avec délices à la merci des talents du chef qui vous propose une cuisine légère et inventive. Géraldine privilégie les producteurs locaux : la truite de Montferrier, le canard de Monsieur Marty ou les glaces artisanales de Philippe Faur. Une adresse à ne pas manquer qui reste fidèle et à la hauteur de son excellente réputation. Patio intérieur et agréable terrasse. Pour votre véhicule, un garage privé est à votre disposition.

#### ■ RESTAURANT LLOBET

**3, place Philippe-de-Lévis**

05 61 69 44 34

Ouvert toute l'année. Du dimanche au jeudi de 12h à 13h15 ; le vendredi et le samedi de 12h à 13h15 et de 19h à 21h. Dimanche midi sur réservation. Réservation recommandée. Pas de menu le soir. Carte : 25 € environ. Formule du midi : 18 €. Terrasse. Wifi gratuit.

Voilà une adresse familiale comme on les aime : Madame en cuisine, Monsieur, Olivier Llobet, au service. Situé à côté de la cathédrale, sous les Couverts, l'endroit est petit, poutres apparentes et il règne une ambiance de vieux café d'époque. Les murs sont chargés d'objets divers, de besaces, de lampes-tempêtes, de tableaux et de gravures représentant des natures mortes, des scènes de chasse, d'anciennes réclames et un goût prononcé pour le western et le Far West avec des photos de Buffalo Bill ou des publicités pour les célèbres fusils Winchester. A côté du bar, une horloge comtoise venant de Mirepoix égrène le temps. Le menu est unique et la carte, changeant régulièrement est présentée sur une grande ardoise. La cuisine est régionale, familiale et très variée (tripes, couscous, confits, salades). Les desserts sont maison et tout est copieux et d'une très grande qualité. L'accueil est franc, direct et très sympathique. En été, on peut déjeuner sur la terrasse, sous les Couverts. Autre bon point pour ce restaurant, il est ouvert le mardi ! Les Mirapièciers connaissent l'adresse et il est impératif de réserver tant trouver une place est difficile.

#### ■ LE SAINT MAURICE

**11, place Maréchal-Leclerc**

05 61 68 25 81

stmobras@gmail.com



Ouvert toute l'année. Tous les jours et les jours fériés le midi de 12h à 15h et le soir de 19h à 21h. Menus de 16,90 € à 22,50 €. Menu enfant : 9 €. Plat du jour : 9,50 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes (animaux acceptés). Chaises bébés. Terrasse. Wifi.

Sympathique brasserie située sous les couverts de Mirepoix. Elle dispose d'une superbe terrasse qui est chauffée en hiver. La cuisine est régionale, sérieuse et de qualité. On y trouve les plats traditionnels d'une cité touristique mais sans le coup de bambou réservé trop

# Le Prélude

Restaurant Tapas Bar Glacier

25, Place du Maréchal Leclerc - Mirepoix





DE LIENS EN LIEUX

 [le prelude](https://www.facebook.com/leprelude09fr)  
[www.leprelude09.fr](http://www.leprelude09.fr)

souvent à cette clientèle. Vous dégusterez un cassoulet maison, du magret de canard, du confit... Le service est toujours souriant et sympathique. Une adresse agréable pour déjeuner ou simplement boire un coup et profiter de l'animation de la place.

#### ■ LA SAVEURS DES COUVERTS

**20, place du Maréchal Leclerc**

[saveurdescouverts@srf.fr](mailto:saveurdescouverts@srf.fr)



Ouvert toute l'année. Basse saison : le midi de 6h à 18h. Haute saison : de 6h à 20h. Menus de 10 € à 12,50 €. Formule du midi : 12,50 €. Vin au verre. Petit déjeuner 5,80 €. Brunch 10,90 €. Accueil des groupes (de 26 à 45 personnes). Terrasse. Vente à emporter. Animaux acceptés.

Concept original pour cet établissement situé sous les couverts de Mirepoix. C'est avant tout une boulangerie-pâtisserie de qualité, un salon de thé (avec un grand choix de variétés de thés, thés verts et infusions) accueillant, et enfin un restaurant. On peut également prendre des petits déjeuners ou des brunchs croissant ainsi les clients venants acheter leur pain, leurs croissants ou leurs chocolatines (c'est la traduction de chez nous de pains au chocolat et par conséquent le vrai nom de cette viennoiserie). Les assiettes sont copieuses, le foie gras poêlé de la salade gourmande excellent. On trouve également du cassoulet, du confit de canard et les lentilles maison sont délicieuses. Adresse parfaite pour un p'tit déj, un brunch, un déjeuner ou un goûter.

## Le gîte

### ■ LE COMMERCE

**8, rue Evêché**

© 05 61 68 20 99

[www.hotel.le-commerce.fr](http://www.hotel.le-commerce.fr)

[hotel.le-commerce@gmail.com](mailto:hotel.le-commerce@gmail.com)



*Logis (2 cheminées). 32 chambres. Chambre simple de 55 € à 62 € ; chambre double de 68 € à 74 €. Par jour et par personne. Petit déjeuner buffet : 8 €. Wifi gratuit. Adresse incontournable à Mirepoix, connue depuis la nuit des temps, l'hôtel compte trente-deux chambres différentes avec pour dénominateur commun le confort de rigueur attendu. Quand la saison le permet, les petits déjeuners se prennent volontiers sur la terrasse ombragée où trônent de somptueux arbres qui vous protégeront du chaud soleil ariégeois. L'hôtel propose des chambres agréables façon pension de famille au centre de la cité.*

### ■ N°8

**8, rue du Maréchal-Clauzel**

© 05 61 60 19 19



*OUVERT toute l'année. 5 chambres (3 suites). Chambre double de 90 € à 200 € ; suite de 180 € à 250 €. Petit déjeuner buffet : 10 €. Lit supplémentaire : 30 €. Animaux acceptés (20 €). Wifi gratuit. Restauration (terrasse). Le Relais n'est ni un relais postal et encore moins un relais de chasse, c'est un ancien hôtel particulier, vieux de 500 ans, situé dans la bastide médiévale de Mirepoix. La cour intérieure dégage une impression de luxe et de temps passé. Les pièces disposent de grandes fenêtres entourées de belles tentures dorées tombant des plafonds immenses. Au sol des tomettes traditionnelles aident à donner une ambiance chaleureuse pendant que le feu crépite dans le poêle de la cheminée. Les portes sont en noyer massif, de style Louis XIV, et le superbe escalier conduit aux 5 chambres et aux 3 suites. Elles sont toutes spacieuses et disposent de tout le confort que l'on peut attendre de cette gamme d'hôtel : lits king size, draps en coton égyptien, peignoirs, shampooing, revitalisant, mini-bar, wifi, sèche-cheveux... La piscine est chauffée. L'établissement a été repris et son concept revu par Karl et Emma Lashford. Le soir avant le dîner, possibilité de déguster des tapas succulentes que l'on peut commander à l'unité ou profiter d'un plateau complet dans la cour magistrale. Le chef, Karl, a fait ses preuves au Waterside Inn à Bray, au Ritz et au Gavroche à Londres et propose une cuisine raffinée composée principalement de produits du terroir. Le service est à la hauteur de l'ensemble. Il est de qualité, professionnel, discret et efficace.*

## Gîtes

### ■ LES GÎTES DE MIREPOIX

**9, cours du Docteur-Chabaud**

© 06 21 01 17 95

[www.gites-mirepoix.com](http://www.gites-mirepoix.com)

[eve.renault@mc-durable.com](mailto:eve.renault@mc-durable.com)

*OUVERT toute l'année. De 340 € à 685 € la semaine selon saison. Chambres d'hôtes de 79 € à 180 €. Dortoir à partir de 25 € (draps non inclus). CB non acceptée. Wifi. Et si vous logiez dans l'ancien presbytère de la cité mirapicenne ? C'est possible ! Que ce soit en louant un gîte à la semaine ou simplement pour une nuit en chambres d'hôtes. Le bâtiment a été entièrement rénové avec goût et respect d'une époque où les matériaux nobles côtoyaient les patines colorées. Un joli petit jardin circulaire, plein de charme, vous permettra de vous relaxer dans le calme bien que la maison soit située au cœur de la ville. Vous ne pourrez pas manquer ses volets bleus et sa façade rose. Possibilité également de gîte d'étape en dortoir de 4 personnes.*

### ■ TERRES DE BARRÉJAT

**Cazals des Bayles**

**Barrejat**

© 05 61 60 04 12 / 06 73 68 53 45

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

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



*OUVERT toute l'année. Basse saison : chambre simple à partir de 50 € ; chambre double à partir de 65 € ; studio / appartement de 350 € à 550 € la semaine. Haute saison : chambre double à partir de 80 € ; studio / appartement de 850 € à 1 050 € la semaine. Animaux acceptés. Connexion Internet gratuite. Wifi gratuit. Restauration (table d'hôtes 25 €). Salon de jardin, lave-linge, sèche-linge, lave-vaisselle. Tv satellite. Excursions.*

Dans leur ancienne ferme, Nadine et Stéphane vous accueillent en gîtes et chambres d'hôtes de charme. Laissez-vous emporter au gré de ces magnifiques paysages, dans une ambiance chaleureuse et pleine de découvertes... Blotti au sein de collines verdoyantes, le domaine est situé sur la commune de Cazals-des-Bayles, à huit kilomètres de Mirepoix, la médiévale. La route qui y mène longe un petit lac où les amoureux de la pêche à la mouche trouveront leur plaisir. Au détour d'un virage, vous découvrirez les majestueuses ruines de Lagarde. Accueil VTT, randonneurs (chemin de Compostelle), cavaliers, pêcheurs, motards, amoureux de la nature et du patrimoine. Barréjat est au cœur des « 4 M » : Montségur, Mirepoix, les Monts d'Olmes, Montbel. À noter la piscine au sel, chauffée dès le mois d'avril offre une vue panoramique sur les Pyrénées ariégeoises.

## Loisirs

### ■ REC FARM – EQUITATION ETHOLOGIQUE

**Bastonis**

© 05 61 68 80 33

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

[info@decorbigny.com](mailto:info@decorbigny.com)

*OUVERT toute l'année. Voir tarifs et programmes de stages variés sur le site Internet.*

Elisabeth de Corbigny est la « femme qui murmure à l'oreille des chevaux ». C'est une chuchoteuse qui éduque les chevaux bien sûr mais, surtout, les cavaliers. Si vous avez le moindre problème comportemental avec votre cheval, ou si simplement, vous désirez découvrir cette méthode de compréhension de l'animal, cette experte,

internationalement connue et reconnue, vous enseignera comment établir une relation de respect, de confiance et d'harmonie avec votre monture. Elisabeth organise des stages d'une à plusieurs semaines ou en week-end. Son enseignement s'adresse tant aux professionnels qu'aux amateurs. Elle a écrit un livre, devenu la référence des cavaliers éthologues et a enregistré des DVD. Bref une grande dame de l'éthologie vit dans notre beau département. Elisabeth ? L'éthologie peut elle s'appliquer à un Renard futé ?

## Emplettes

### ■ CENTRE D'ÉLEVAGE DU CHEVAL DE MÉRENS

**Domaine de Sie**

© 05 61 68 85 28

[www.sie-merens.com](http://www.sie-merens.com)

[siemerens@orange.fr](mailto:siemerens@orange.fr)

Livraison possible. CB non acceptée.

Le domaine possède une belle basse-cour de canards gras dont on connaît la destinée. Savamment accommodé, du cou jusqu'au croupion, tout y est bon. Confits, magrets, rillettes, gésiers, jambonneaux et foie gras goûteux : il n'y a que de bons morceaux. Le sympathique palmipède n'a pas fini de mettre nos assiettes en fête. Depuis plus de vingt ans, le domaine de Scie est également connu comme un centre d'élevage et de dressage de la fameuse race des chevaux de Mérens typiquement ariégeoise. Une soixantaine de chevaux y sont élevés en plein air intégral. A partir de 2 ans, les poulains et pouliches sont dressés à la selle, à l'attelage, en vue de leur utilisation future, mais aussi pour leur présentation aux fameux concours d'élevage de la race qui ont lieu chaque année à la fin du mois d'août à Bouan, en Ariège.

### ■ JEAN-PAUL TISSEYRE COUTELIER

**1, rue Jean-Jacques-Rousseau**

**La Bastide-sur-l'Hers**

© 05 61 03 05 22 / 06 89 35 86 19

[www.couteaux-tisseyre.com](http://www.couteaux-tisseyre.com)

*Hauta saison : ouvert du lundi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 19h. Ouvert le dimanche (sur rendez vous).*  
Livraison possible.

Jean-Paul Tisseyre est un coutelier d'art, déjà désigné «Meilleur Ouvrier de France» pour la fabrication artisanale de couteaux de collection, couteaux de chasse, pliants, couteaux de poche Montségur, manche en corne, ivoire, lame en acier au carbone ou inox. Il a obtenu de nombreux prix dans de grands salons dédiés à la coutellerie : 1<sup>er</sup> prix au Salon de Thiers concours couteaux professionnels de cuisine ; concours innovation technique sur couteau pliant. Il a été élevé au titre de «Maestro» par la guilde italienne de coutellerie au Salon de Milan.

Parmi ses réalisations, il faut signaler le couteau pliant Montségur au manche en corne. Les couteaux peuvent être réalisés sur commande, dans les matériaux de votre choix. Un mariage réussi de l'utile et du beau !

### ■ LES PAYSANS CATHARES

**28, place Maréchal-Leclerc**

© 05 61 60 57 22

[www.paysans-cathares.fr](http://www.paysans-cathares.fr)

[lespaysanscathares@hotmail.fr](mailto:lespaysanscathares@hotmail.fr)

Ouvert le lundi de 9h à 13h et de 16h à 19h30 ; du mardi au dimanche de 10h30 à 12h30 et de 15h à 19h30.

Le nom de ce commerce résume à lui seul l'objectif de cette nouvelle boutique mirapicenne située sur la superbe place de Mirepoix aux couverts médiévaux. « Cathares » pour le local, « Paysans » pour la provenance. Vous ne pourrez pas le rater, une vache vous accueille devant la porte ! Didier et Michèle ont délibérément choisi de faire court. Non pas dans leur accueil, où sourires et bons mots sont toujours au rendez-vous, mais dans leurs circuits de distribution. Du producteur au consommateur, seul leur magasin sert d'intermédiaire. Les produits ont été sélectionnés pour le sérieux de leur qualité et la rigueur du producteur. Vous trouverez tout ce qui se fait dans le coin : foies gras, cassoulet, charcuteries, conserves diverses, confitures, alcools, confiserie... à des prix réalistes et respectueux du consommateur. On appréciera l'excellente idée de proposer de mettre les fromages sous vide pour le voyage. Adresse sympa et futee comme on les aime !

### ■ TERRE ET MER

**27, cours Colonel-Petitpied**

© 09 83 40 24 02

[www.terreetmer-mirepoix.fr](http://www.terreetmer-mirepoix.fr)

[contact@terreetmer-mirepoix.fr](mailto:contact@terreetmer-mirepoix.fr)

Ouvert du mardi au samedi de 8h à 12h30 et de 16h à 19h ; le dimanche de 8h30 à 12h.

Marie-Laure et Cécile Ournac-Ktorzat ont organisé la rencontre de la terre et de la mer à Mirepoix. Après des années d'expérience dans la grande distribution et la connaissance de ses travers, elles ont privilégié systématiquement les circuits courts et les petits producteurs locaux, dans la mesure du possible (la truite par exemple vient de Montferrier). Autrement les poissons sont péchés et non pas élevés et toujours d'origine française. Le magasin est vaste, clair, coloré et très lumineux. L'utilisation de paniers pour présenter les légumes, par exemple, accentue le sentiment d'authenticité et de qualité. Tout les prix sont écrits sur des ardoises donnant un petit côté maraîcher et les conseils prodigues par les deux vendeuses sont toujours écoutés et appréciés. Un rayon plat cuisinés (par Cécile) propose des plats à base de poissons (soupes, paella, seiches sous diverses formes...).



A VOUS DE JOUER !

**my petit fute**  
mon guide sur mesure  
[WWW.MYPETITFUTE.COM](http://WWW.MYPETITFUTE.COM)

## Marchés

### ■ LES MARCHÉS

Ouvert le lundi et le jeudi de 7h à 13h.

Le lundi matin le grand marché de Mirepoix n'envie rien aux marchés Provençaux pour ses senteurs et ses couleurs. On y parle occitan avant dix heures le matin et «english» ensuite. Les produits régionaux foisonnent, les producteurs locaux y sont à l'honneur et la présence des artisans tels le rémouleur et ses pierres à aiguiser, le fabricant de sandales et chaussures en cuir à vos mesures vous transportent dans ses marchés d'autrefois qui fait que nous ne sommes pas surpris de voir et d'entendre quelques troubadours à l'angle d'une arcade. C'est un marché étonnant où vous pourrez aussi acheter des plantes, des chaises, des motoculteurs et les animaux de la basse-cour tout autour de la cathédrale. Le jeudi matin un sympathique petit marché de produits fermiers et des producteurs locaux est en place sous la halle, un peu plus authentique, avec des prix raisonnables.

### ■ Dans les environs

## Camon

Des restes de fortifications viennent attester l'antiquité de ce bourg et les bâtiments de l'ancienne abbaye remontant au X<sup>e</sup> siècle sont encore bien conservés. Sur une hauteur voisine, domine la tour de Montaragou qui date du XII<sup>e</sup>, subsistent encore les vestiges des anciens remparts. Camon fait partie de l'association des plus beaux villages de France et se singularise par ses 100 rosiers et plus de 80 cabanes en pierres sèches. La légende raconte que c'est Charlemagne qui en ordonna la construction. Village composé de trois enceintes, il sera surnommé la petite Carcassonne.

### ■ ABBAYE DE CAMON

#### 3 place Philippe de Lévis

05 61 60 31 23

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

[katie@chateaudecamon.com](mailto:katie@chateaudecamon.com)

Fermé du 31 octobre au 1<sup>er</sup> avril. Chambre double de 145 € à 275 €. Petit déjeuner : 18 € (9 € enfants). Lit supplémentaire : 30 €. Dîner tous les jours sauf le mercredi 42 €, enfants 12 €. Chien 8 €. Lit supplémentaire 30 €. Animaux acceptés (8 €).

Hôtel de luxe dans un lieu prestigieux, associant confort, service et tradition. L'abbaye existait déjà au X<sup>e</sup> siècle à l'époque du petit-fils de Charlemagne. L'extérieur est assez massif et sévère comme tous palais fortifiés du XVI<sup>e</sup> siècle, l'intérieur, par contre, est purement magnifique et les restaurations ont été faites avec talent et goût. Les chambres sont imposantes, richement décorées. Le restaurant propose une cuisine à base de produits de saison et locaux (fermé le mercredi).

### ■ CABANES DE CAMON

#### 3, place Philippe de Lévis

Ouvert toute l'année. Tous les jours et les jours fériés. Gratuit. Visite guidée.

Héritage de la tradition viticole, les cabanes servaient autrefois d'abri et remise aux paysans vignerons. On retrouve de nombreuses terrasses et environ 120 cabanes, témoins de cette activité disparue. Un sentier thématique permet de découvrir ce petit patrimoine rural et d'apprécier un magnifique panorama. Il est possible de se faire accompagner par un guide de l'office de tourisme de Camon. Se renseigner sur place.

### ■ LA PIBOLA\*\*\*

#### Le Cazalet

05 61 68 12 14

06 77 71 09 40

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

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



Fermé du 1<sup>er</sup> octobre au 31 mars. Horaire d'ouverture (hors juillet et août) de 9h à 12h et 14h à 17h30. Accueil 24h/24. Gardé 24h/24. Terrain de 2,5 ha. 32 emplacements. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 18 € à 28 €. Chèque Vacances. Jeux pour enfants. Wifi payant.

Entre Mirepoix et le lac de Montbel, sur une colline arborée, Nadine Lucas et Patrick Fauchard vous accueilleront dans leur petit camping familial où se retrouvent petits et grands dans un grand bain de nature. Calme et convivialité y règnent sereinement. Chaque dimanche soir d'été a lieu le pot d'accueil au cours duquel sont présentées les différentes activités que vous pourrez pratiquer lors de votre séjour. Tout un programme de détente, d'activités de plein air, d'enrichissantes et surprenantes découvertes.

## Coutens

### ■ LE CLOS SAINT-MARTIN

#### Chemin de Cazal

05 61 60 45 70

[melaniezervos@gmx.fr](mailto:melaniezervos@gmx.fr)

Basse saison : ouvert le lundi et le mardi le midi ; du vendredi au dimanche le midi et le soir. Haute saison : du vendredi au dimanche le midi et le soir. Réservation recommandée. Menus de 18 € à 31 €. Carte : 35 € environ. Formule du midi : 15 €. Jardin. Concerts.

Bienvenue au Clos Saint-Martin, une authentique maison de maître ariégeoise, située à proximité de Mirepoix. Cette belle bâtisse aux volets bleus a été aménagée à l'image même de la maîtresse des lieux, Mélanie Zervos, passionnée par les beaux-arts, qui l'a décorée dans une ambiance à la fois classe et chaleureuse. Mélanie a fait ses armes dans des établissements prestigieux, aux côtés de chefs tels que Robert Abraham et Nicolas Coutant. Elle se propose donc de garnir votre assiette avec une cuisine raffinée et originale qui met en avant les producteurs ariégeois : truites de Montferrier, tourmedos poêlés au jus de viande, champignons et marrons accompagnés de pommes de terre cuisinées de deux façons, magret au jus de betterave et ses légumes de saison...

Durant les beaux jours, le Clos Saint-Martin vous reçoit dans son jardin merveilleusement fleuri et arboré, à la façon d'une guinguette chic. Un véritable havre paix que le Futé vous recommande !

**ÉCOUTEZ**



**LES TUBES & L'INFO  
DE L'ARIÈGE**



**FOIX - PAMIERS 91.6<sub>FM</sub>**

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



## Dun

### ■ BUREAU DES GUIDES ÉQUESTRES TRANSPYRÉNÉENS

**Le Bayche**

© 05 61 69 01 99

[www.equipyrene.org](http://www.equipyrene.org)

Le réseau EQUIPYRENE mis en place en 1998 a pour but de rassembler pour toutes les Pyrénées une dizaine de guides équestres, fondateurs du Bureau des Guides Equestres Transpyrénéens (BGET), mais aussi d'autres professionnels de la randonnée équestre comme des écoles d'équitation ou des gîtes équestres, ou bien encore des selliers... Une adresse bien précieuse pour qui veut vivre une randonnée transpyrénenne.

### ■ ÉQUITERRE

**Domaine de Tapia**

© 05 61 60 62 22

© 06 73 60 64 84

[www.equi-terre.fr](http://www.equi-terre.fr)

[contact@equi-terre.fr](mailto:contact@equi-terre.fr)

*Ouvert toute l'année. Du mardi au dimanche.*

C'est dans la jolie vallée du Douctouyre, au lieu-dit Tapia, sur la commune de Dun que vous trouverez EquiTerre. Ce centre équestre spécialisé dans l'enseignement éthologique, vous accueille toute l'année pour vous faire découvrir le cheval autrement. C'est la rencontre de l'homme et du cheval en pleine nature. Sur près de 100 hectares évoluent poneys, ânes et chevaux, dans un environnement sauvage et préservé. Elise Proust dit avoir tout appris des chevaux et c'est elle qui saura vous enseigner ses connaissances pour qu'à votre tour, par la confiance, l'écoute et le respect de l'animal vous partiez à l'aventure. Elise propose des stages d'initiation, des ateliers tout au long de l'année et des camps d'été pour adultes, enfants et adolescents. Partez en randonnées en bivouaquant. Une belle occasion de pouvoir vivre avec son cheval en pleine nature, et de partager avec tout le groupe des moments riches en émotions et sensations. Outre sa douceur, sa gentillesse et sa perpétuelle bonne humeur, Elise transmet de vraies valeurs qu'elle partage entre éthologie équine et éthologie humaine.

## Lapenne

Ce village se dresse à l'est de Pamiers, sur un mamelon aux pentes raides. L'église, datant des XII<sup>e</sup> et XIV<sup>e</sup> siècles, a été détruite par un incendie en 1882. La haute façade fortifiée, percée de quatre arcades entre deux courtines, a toujours fière allure. Elle s'ouvre par un portail à trois archivoltes du XVI<sup>e</sup> siècle en arc brisé de grès rouge terminées par de minces colonnettes en marbre et une quatrième reposant sur culots. L'église est bâtie à même le rocher de grès.

### ■ FERME AUX BISONS

© 05 61 67 60 74

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

*Fermé du 15 novembre au 31 mars. En été ouvert tous les jours sauf samedi de 10h à 19h. Sinon le dimanche uniquement de 10h à 18h. Gratuit. Visite en tracteur et*

*sentier pédestre, adulte 9 €, enfant (2-12 ans) 7 €. Chèque Vacances. Accueil enfants. Restauration (menu adulte 23 €, enfant 12 €, les viandes sont issues de l'élevage). Boutique.*

Cette ferme est installée sur un domaine de 130 ha dont 70 ha peuvent se visiter. Venez découvrir cet espace de liberté où vivent des bisons, des daims, des yacks, des cerfs et bien d'autres espèces. Au cours d'une visite guidée d'environ 1h30, sur 3 km de piste, à bord d'une remorque tirée par un tracteur, vous passerez à quelques mètres de tous ces animaux que vous verrez vivre au naturel. Environ 20 000 visiteurs viennent à la ferme tous les ans. En outre, la ferme aux bisons abrite une salle d'exposition, une salle pédagogique, une aire de pique-nique, une buvette, une boutique et une ferme-auberge. Également vente de production de la ferme. Trois bassins apportent un élément de décoration et de fraîcheur dans ce lieu inattendu en Ariège. Accueil adorable de Magalie et de Pierre, parfait au volant du grand tracteur/remorque aménagé pour les visites et très confortable. Il est bâché par temps de pluie. Une idée de sortie originale, sympathique, dans un cadre superbe. Déjeuner excellent et accueil adorable.

## Léran

### ■ CAMPING-RESTAURANT LA RÉGATE\*\*\*

**Route du Lac**

**Avenue de Montjean**

© 05 61 03 09 17

© 06 08 48 08 63

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

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



*Ouvert tous les week-ends et jours fériés en basse saison et 7j./7 en haute saison. Réservation recommandée. Basse saison de 8h30 à 11h30 et de 15h à 18h30. Haute saison de 8h à 13h et de 15h à 19h30. Terrain de 4 ha. Exposition : ombragé. Sol : herbeux. Relief : plat. 20 bungalows. 10 chalets. Emplacement + véhicule + 2 personnes (avec 10 A) de 19 € à 25 €. Mobil-homes pour 4 à 6 personnes de 59 € à 91 € la semaine ; mobil-homes pour 2 à 4 personnes de 49 € à 84 € ; mobil-homes pour 2 personnes de 41 € à 72 €. Animaux acceptés. Wifi gratuit. Restauration (restaurant brasserie, à emporter). Vente. Animations. Excursions.*

Il faut le voir pour le croire. Il existe un havre de paix et de verdure que l'on pourrait presque situer entre mer et montagne. Pour la montagne, c'est facile, il suffit de lever la tête. La mer, on y est presque : climat audiois, pins maritimes, plage de sable... sans les crabes et le sel qui attaque la peau. Ici l'eau est douce, propre, c'est le lac de Montbel. Pas de bruits de moteur, on aperçoit des pédales, des voiliers, des planches à voile. On peut nager, pêcher la carpe ou le brochet, se promener à cheval, à pied, à vélo sur les sentiers de randonnées. Le camping bénéficie d'un panorama exceptionnel sur le lac et les montagnes. Il propose de nombreux services et prestations de qualité dignes de ses 3 étoiles. Un restaurant brasserie vous régalerà de plats à emporter ou à consommer sur place. Il assure

également l'animation des lieux par des soirées à thèmes, karaoké, DJ, concerts... Un lieu idyllique et paradisiaque entre lac et montagne au cœur d'une nature préservée et respectée.

### ■ CHÂTEAU DE LÉRAN

Voir page 110.

### ■ LE RENDEZ-VOUS

**49, cours Saint-Jacques**

© 09 51 42 47 91

© 06 33 79 70 55

[www.lerendezvous.eu](http://www.lerendezvous.eu)

[lerandevous@free.fr](mailto:lerandevous@free.fr)

*Fermé du 1<sup>er</sup> novembre au 31 décembre. Basse saison : ouvert le vendredi de 17h30 à 22h. Haute saison : du mardi au jeudi et le samedi le midi de 12h à 14h et le soir de 19h à 21h ; la dimanche midi. Réservation recommandée. Suggestion du jour : 15,50 € (change tous les jours). Vin au verre. Terrasse. Animations.*

Le Rendez-vous (entendez aussi «Léran de vous») est un petit bar, restaurant, café internet avec une ambiance chaleureuse et conviviale dans le charmant village de Léran. Vous serez accueillis par Marek Woznica tandis que son épouse Shirley est dans la cuisine, occupée à préparer les délices du jour. Le menu change chaque jour, avec au moins deux choix dans chacune des entrée, plat & dessert. Il inclut toujours une option végétarienne. Tous les plats sont cuisiniés maison et s'accommodent des idées originales du chef. Cet établissement est également un lieu de rendez-vous (d'où le nom) entre les villageois, les voisins, les amis... car il s'y passe toujours quelques chose comme des concerts ou des retransmissions de matches de foot. On y est bien accueilli et surtout, on s'y sent bien. Thank you guys !

## Manses

### ■ ÉGLISE DE MANSES

*Ouvert toute l'année. Tous les jours et les jours fériés. Gratuit.* L'église Saint-Jean-Baptiste-de-Manses, à l'origine prieuré de l'abbaye de Montolieu, possède un vitrail monumental, daté de la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. Il est placé à la croisée du transept, ce qui le rend unique en France, probablement en Europe et peut être au monde. Il s'agit d'une taille de rosace de cathédrale mais en position horizontale, alors que tous les vitraux de cette taille sont généralement verticaux. Oeuvre de Ferdinand Hucher, fils du maître verrier Eugène Hucher, de la Fabrique du Carmel du Mans, il retrace sept scènes de la vie de Jean-Baptiste.

## Teilhet

Les fouilles menées sur les lieux de Tabariane et de Palosse, au nord est du village attestent l'origine ancienne de la présence humaine à Teilhet et particulièrement de sa possession wisigothe, en effet on a découvert des sépultures datant du VI<sup>e</sup> siècle. Site fort intéressant, nous interrogeant sur les pratiques funéraires de l'époque. On découvrira un sentier d'interprétation sur la mise en valeur du site archéologique de la nécropole mérovingienne.

### ■ CHÂTEAU DE ROQUES

**Roques**

© 05 61 68 61 01 / 06 82 90 13 18

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

[postmaster@chateauderoques.com](mailto:postmaster@chateauderoques.com)

*Ouvert toute l'année. 11 chambres. Possibilité de louer tout le château pour des mariages ou autres événements.* Sur un domaine de 150 hectares de bois et de prairies, cette demeure datant de la fin du XIX<sup>e</sup> siècle est un lieu idéal pour célébrer un mariage ou un événement inoubliable ou un séjour en famille ou entre amis dans un cadre exceptionnel.

Avec ses 11 chambres et une capacité de 30 couchages, ce château ravira les amoureux de grands espaces et de calme. Avec ses jardins à la française, sa terrasse exposée plein sud et son jardin suspendu, son orangerie dotée de magnifiques peintures au plafond, son salon et sa grande cheminée avec dorure à l'or fin, sa cuisine spacieuse et parfaitement aménagée, cette bâtie possède un charme et des attraits qui ne vous laisseront pas indifférent. Devenez châtelains pour un soir, une semaine ou un mois !

## Vals

Ce village constitue un riche site archéologique occupé vers le III<sup>e</sup> siècle av. J.-C., puis par les Romains et les Mérovingiens. C'est vers le VIII<sup>e</sup> siècle qu'a été fondée l'église (monument unique en France), taillée dans le roc et construite sur trois niveaux. C'est par une étroite faille d'une quinzaine de mètres que l'on pénètre au cœur du rocher, presque dans une crypte. Quelques marches donnent accès à l'église romane supérieure. Encore un niveau plus haut, la tour demi-ronde abrite une chapelle dédiée à saint Michel. Un balcon de pierres offre une jolie vue sur le hameau. Cette église possède de remarquables fresques estimées du XII<sup>e</sup> siècle qui viennent d'être restaurées. Ces œuvres sont dans la lignée de celles produites en Catalogne espagnole, elles-mêmes inspirées par l'art d'Italie du Nord de cette époque-là. Dans le village même, un petit musée archéologique retrace un tableau récapitulatif de la préhistoire ariégeoise, où les principaux sites sont situés selon leur ancienneté. Ce musée expose notamment le résultat des fouilles du site archéologique de Vals. Se renseigner auprès de l'office de tourisme.

### ■ ÉGLISE RUPESTRE DE VALS

© 05 61 68 83 76

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

*Ouvert toute l'année. Tous les jours à partir de 9h et à partir de 19h. Gratuit. Visites groupes sur réservation. Restauration.*

Enfoncée dans un bloc de rocher, cette église se révèle extraordinaire et mystérieuse. A l'intérieur vous pourrez admirer de superbes fresques romanes d'origine catalane. Ces dernières datent du XII<sup>e</sup> siècle et présentent des affinités avec celles de la Catalogne espagnole voisine. Trois périodes de la vie de Jésus sont illustrées. La construction de cette église en trois niveaux en fait son originalité : il s'agit là d'un véritable joyau. Un bar-musée archéologique est situé au pied de l'église rupestre et vous laissera découvrir le riche passé de ce lieu.

# ORLU

Ce village est célèbre pour sa « dent », paroi de granit vertigineuse entre 1 100 m et 2 200 m, qui offre de nombreuses possibilités d'escalade. Au XIX<sup>e</sup> siècle et au début XX<sup>e</sup>, Orlu était un centre très important de forges à la catalane. A Orlu, tout est prêt pour les loisirs : piscine, boulodrome, tir à l'arc, tennis, pêche, ski... et par-dessus tout, la majestueuse, belle, profonde et mystérieuse montagne dont nul ne se lassera.

## ■ OBSERVATOIRE DE LA MONTAGNE

### Les Forges d'Orlu

① 05 61 03 06 06

[www.observatoire-montagne.com](http://www.observatoire-montagne.com)

[observatoire.montagne@gmail.com](mailto:observatoire.montagne@gmail.com)

Fermé du 1<sup>er</sup> avril au 30 octobre. Ouvert toute l'année pour les groupes sur réservation. Vacances d'hiver : du lundi au vendredi de 14h à 18h. Basse saison : ouvert du mercredi au vendredi de 10h à 13h et de 14h à 18h ; le week-end de 14h à 18h. Haute saison : du lundi au vendredi de 10h à 19h ; le week-end de 14h à 19h. Adulte : 7 €. Enfant (de 6 à 11 ans) : 4 €. Groupe : 5 €. Balade 2h : 12 € adultes et 10 € enfants. Balades 4h : 17 € adultes et 15 € enfants. Balades journée : 26 € adultes et 22 € enfants. Accueil enfants. Visite guidée. Boutique.

L'Observatoire accueille un espace muséographique de 300 mètres carrés : un parcours d'environ 1h30, pour découvrir, par une signalétique claire et bien faite ainsi que par quelques surprises, un milieu unique et multiple, les climats, la faune, la flore et tous les acteurs qui font vivre ou survivre la montagne. Incontournable pour mieux connaître la réserve d'Orlu. Dans le hall de l'Observatoire est installée la maison de la réserve, un espace convivial : on vient y consulter, sur des bornes interactives, les cartes de randonnées, la météo et les données scientifiques avant toute sortie de découverte (encadrée par des spécialistes). L'Observatoire de la montagne est ouvert toute l'année, mais la visite du musée et de la centrale hydroélectrique se fait seulement pendant les vacances scolaires de février, en hiver. L'Observatoire et l'ONCFS proposent des randonnées (à pied et en raquettes) sur les sentiers du massif, l'observation des animaux dans leur habitat ou de partir à la recherche de leurs empreintes dans la neige. Les sorties organisées en hiver se déroulent les mardis et les jeudis en matinée et, en mars, sur deux week-ends d'observation, avec nuit en refuge.

## Points d'intérêt

### ■ MAISON DES LOUPS

#### Les Forges d'Orlu

① 05 61 64 02 66

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

[maisondesloups@wanadoo.fr](mailto:maisondesloups@wanadoo.fr)

Fermé du 10 novembre au 28 mars. Basse saison : ouvert tous les jours de 10h à 17h30. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 10h à 19h. Septembre et octobre fermé lundi et mardi. Gratuit jusqu'à 3 ans. Adulte : 9,50 €. Enfant (de 3 à 12 ans) : 7,70 €. Tunnel de vision : 4 € en plus. Activité empreinte ou activité orpaillage : 3 €



en plus. Prestations spéciales pour les scolaires. Accueil enfants. Buvette. Boutique.

A quelques kilomètres d'Ax-les-Thermes, ce village de Haute-Ariège abrite, depuis 1997, une Maison des Loups, un parc animalier de 6 ha où évoluent en semi-captivité 25 loups venus de plusieurs régions du monde. Le domaine s'est agrandi avec Le Parc des Loups du Canada et celui des loups Arctiques. Le nourrissage des loups, commenté sous forme de conférence, est un des moments forts de la visite. Le visiteur peut observer les meutes depuis des tours d'affut en bois, situées sur le sentier de découverte. Des panneaux explicatifs vous en apprendront beaucoup sur ces animaux mythiques. Plusieurs sentiers nous invitent à découvrir la montagne : le botanique, l'ornithologique ainsi que celui de traces d'animaux. Un circuit court et adapté est prévu pour les personnes handicapées et les personnes âgées. Pour compléter l'information : exposition pédagogique, diaporama sonorisé, moment de tendresse avec la chèvre de Monsieur Seguin et les trois petits cochons, boutique, aire de jeux, espace pique-nique. Promenons-nous dans le bois... Le plus : les ateliers empreinte ou orpaillage. Le « tunnel de vision » permet d'approcher la meute de loups du Canada au plus près lors d'une distribution de friandises, et le « sentier pieds nus » de ressentir le pouls de la terre.

## ■ RÉSERVE NATIONALE D'ORLU

① 05 61 64 21 70

Voir page 17.

## Le gîte

### ■ REFUGE D'EN BEYS

#### Forges d'Orlu

① 05 61 64 24 24

[www.refuge-enbeys.com](http://www.refuge-enbeys.com)

[info@refuge-enbeys.com](mailto:info@refuge-enbeys.com)

Consultez le site internet pour les dates d'ouverture qui dépendent des conditions météorologiques. Accueil jusqu'à 19h30. 5 chambres (en dortoirs pour 69 couchages). Dortoir 14,85 €. Demi-pension : 38 €. Douche chaude 3 €. Nuit enfant moins de 12 ans : 12,85 €. Groupes : 12,85 € par personne et par nuit si groupe de 10. CB non acceptée. Chèque Vacances. Animations.

Construit sur l'emplacement d'une ancienne cabane, le refuge d'En Beys ouvert en 1978, a été agrandi en 1988. Aujourd'hui, 5 dortoirs séparés, 3 de 15 places et 2 de 12 places permettent à 69 personnes de dormir confortablement. Chaque couchage est équipé d'un matelas et de couvertures. L'approvisionnement de la plus grande partie des marchandises s'effectue par hélicoptère. Seuls les aliments frais ou périsposables sont acheminés par les gardiens à dos d'homme. La rencontre et l'échange avec Sylvain et Julien, l'embrasement des parois granitiques des Pics Rouges au coucher du soleil, ou bien l'observation des isards jouant dans les névés au petit matin, constituent autant de plaisirs simples, fondamentaux, à partager au refuge d'En Beys. Prévoir 3 heures de marche pour accéder au refuge situé à 1 970 mètres.

# PAMIERS

Les Appaméens pourraient s'appeler aujourd'hui les Frédélasiens puisque la ville s'appelait autrefois Frédélas. Mais un long retour en arrière s'impose. Direction les tout premiers siècles de notre ère. Le mot Frédélas viendrait de Frigidus Lacus, qui signifie que la région était marécageuse, couverte d'étangs. C'est vers le milieu du IV<sup>e</sup> siècle que se situe la légende de Natalène, fille d'un gouverneur romain qui aurait embrassé la foi chrétienne à Frédélas et subi le martyre aux environs de la ville. Ce n'est qu'au XIII<sup>e</sup> siècle que la ville se nomma Pamiers, soit par référence au « pam », unité de mesure pour les terrains des nouveaux habitants de la cité, soit en souvenir du séjour de Roger II, comte de Foix, dans la ville d'Apamée en Syrie. Allez savoir !

Visitons la ville. Notre Dame du Camp, à la façade énorme et sévère, fut édifiée au milieu des champs au XII<sup>e</sup> siècle, hors des anciennes fortifications. De cette église il ne reste que le portail ouest, restauré au XIX<sup>e</sup>. Fortement endommagée et presque ruinée lors de la croisade contre les Albigeois, elle fut reconstruite au XIV<sup>e</sup> siècle. Hélas, elle subit les assauts des protestants en 1563 et en 1621 et la voûte gothique s'effondra. Les deux tours démantelées à cette occasion, ne reprirent leur aspect initial qu'en 1870. Outre un tableau du XVII<sup>e</sup> siècle représentant sainte Natalène, on peut admirer une œuvre du peintre Latour représentant la Vierge et l'enfant Jésus, un maître-autel en marbre blanc et des vitraux représentant les patrons des chapelles. D'autres sites et monuments méritent d'être vus et appréciés à Pamiers. Un peu en dehors de la ville, l'abbaye de Saint-Antonin, érigée à l'endroit où ce brave homme aurait été martyrisé, en un lieu appelé Caillou.

La cathédrale Sainte-Marie du Mercadal, classée par les Monuments historiques depuis 1906, avec son très beau buffet d'orgues, l'église des Cordeliers dont le clocher octogonal ressemble comme un frère à celui de l'église du même nom à Toulouse. Enfin la butte du Castella sur laquelle s'élevait un château, la chapelle du Carmel, le palais épiscopal et la tour de la Monnaie. Pamiers est la ville natale de Théophile Delcassé, député de l'Ariège, ministre de 1893 à 1915, notamment aux Affaires étrangères. Et lorsque vous serez épousé d'avoir parcouru la ville dans tous les sens, allez vous reposer sur l'esplanade de Milliane, à l'ombre des platanes, en écoutant chanter la fontaine de Sainte-Natalène.

## ■ OFFICE DE TOURISME

### DU PAYS DE PAMIERS VALLÉE D'ARIÈGE

Boulevard Delcassé

© 05 61 67 52 52

[www.ot-pamiers.fr](http://www.ot-pamiers.fr)

[info@ot-pamiers.fr](mailto:info@ot-pamiers.fr)

Ouvert le lundi de 14h à 18h ; du mardi au vendredi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h ; le samedi de 10h à 13h et de 14h à 18h.

Étape indispensable pour qui veut un maximum d'informations sur les restaurants, hébergements et découvertes touristiques dans ce grand territoire.

## Points d'intérêt

### ■ CATHÉDRALE SAINT-ANTONIN

#### Place du Mercadal

Ouvert toute l'année. Tous les jours et les jours fériés. Gratuit. C'est l'évêque de Couserans, Gabriel de Saint-Etienne, qui consacra, il y a trois cents ans, la cathédrale de Pamiers. De l'édifice du XII<sup>e</sup> siècle, seul subsiste le portail roman orné de chapiteaux historiés représentant des scènes bibliques ainsi qu'un bas-relief rapportant le premier martyre de saint Antonin. Au XIV<sup>e</sup> siècle, on entreprit d'agrandir et de renforcer l'église du Mercadal : on éleva le clocher, inspiré de celui des Jacobins de Toulouse, qui ne reçut son dernier étage qu'en 1426. L'édifice, à une seule nef, est simple et majestueux. Avoir les boiseries intérieures, les tapisseries, tableaux et orfèveries qui devaient lui rendre son caractère prestigieux et le grand orgue provenant de la Daurade de Toulouse.

### ■ JARDIN MÉDIÉVAL

#### Sentier balisé « le chemin de Caillou »

© 05 61 67 52 52

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

[info@ot-pamiers.fr](mailto:info@ot-pamiers.fr)

Ouvert toute l'année. Gratuit.

Le jardin médiéval dont la vocation première était utilitaire, est composé de plantes médicinales, aromatiques et condimentaires. A tout ceci, s'ajoutent un potager, un verger et un espace fleuri. Il a été implanté dès 2003 près de l'église médiévale. Le verger conservatoire comprend quant à lui une vingtaine de variétés anciennes (locales et régionales) de pommiers. Vous y découvrirez notamment la court-pendu des Pyrénées, la pomme de Foix, la massoucade, la couteras, la caramille...



La cathédrale Saint-Antonin de Pamiers.

## Gabriel Fauré

Treize barcarolles, treize nocturnes, six impromptus, une centaine de mélodies, de la musique religieuse dont ses deux chefs-d'œuvre, *La messe basse* et *La messe de requiem*, c'est un faible aperçu des créations de Gabriel Fauré, né à Pamiers en 1845, mort à Paris en 1924. Fils d'un sous-inspecteur de l'instruction primaire, Gabriel Fauré fut rapidement remarqué par M. de Saubiac, député de l'Ariège, pour ses dispositions étonnantes pour la musique. Pendant neuf ans il fut l'élève de Niedermeyer, célèbre compositeur et pédagogue du XIX<sup>e</sup>. D'abord inspecteur général puis professeur de composition, il occupa ensuite le poste de directeur du Conservatoire national. Il a formé des artistes aussi différents que Maurice Ravel, Georges Enesco, Nadia Boulanger et Louis Aubert. Depuis mai 1996, sur l'initiative de Jean Dardignac, il existe un festival Gabriel Fauré, à Pamiers. Les plus grands musiciens s'y produisent au cours de cinq ou six concerts qui ont lieu en mai, juin et octobre.

### ■ LE PLATEAU DU CASTELLA

Au pied de la montée qui vous mènera sur le plateau du Castella, vous apercevez sur votre droite la stèle de Gabriel Fauré, réalisée par le sculpteur appaméen Méric en 1927. Compositeur et musicien de renommée internationale, Gabriel Fauré est né à Pamiers le 12 mai 1845. Sa maison natale est visible au n° 17 de la rue Gabriel-Péri. Sur le plateau du Castella, au Moyen Age, était construit le château de Pamiers qui donna son nom à la ville. D'ici vous aurez une belle vue panoramique sur la ville et la chaîne des Pyrénées.



## Le couvert

### ■ LES BAINS DOUCHES

**1, rue Rempart du Touronc**

○ 05 61 69 78 27

[www.restaurant-lesbainsdouches.fr](http://www.restaurant-lesbainsdouches.fr)

[info@restaurant-lesbainsdouches.fr](mailto:info@restaurant-lesbainsdouches.fr)



Ouvert du jeudi au mardi de 12h à 14h et de 19h à 22h. Menus de 18 € à 36 €. Menu enfant : 7,50 €. Formule du midi : 13,50 € (entrée+plat ou plat+dessert). Vin au verre. American Express, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse. Climatisation.

Ce restaurant, et sa belle façade blanche, occupe l'emplacement des anciens bains-douches de Pamiers mais ici, ni douche froide, ni douche écossaise, juste un bain de bonheur pour les yeux et pour les papilles tant les plats sont colorés et décorés avec raffinement. La salle est grande, climatisée, lumineuse, agencée avec goût, grandes banquettes confortables, carrelage en damier. Aux commandes, deux professionnels arrivant de Banyuls où ils avaient obtenu le bib gourmand. Béatrice est à l'accueil en salle et Christophe Cazalis en maître d'œuvre dans la cuisine. Les menus du jour sont à composer soi-même, avec uniquement des produits frais et de saison ce qui garantit également un renouvellement régulier des plats proposés. La carte des vins vous emmène dans un tour de France des nectars de Bacchus avec quelques découvertes comme le vin du Gers, de Gascogne et bien sûr le vin d'Ariège. Si vous ne savez que choisir, écoutez les conseils avisés de la maîtresse des lieux. Une adresse de qualité. Agréable terrasse couverte en fonction de la météo en bordure du canal.

### ■ LA BASCULE

**1, place de Milliane**

○ 05 61 69 73 34

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

Ouvert du dimanche au mardi le midi de 9h à 15h ; du mercredi au samedi le midi de 9h à 15h et le soir de 18h à 23h. Menus de 23 € à 33 €. Menu enfant : 9,50 € (- 12 ans). Formule du midi : 13,50 € (entrée+plat ou plat+dessert. Entrée+plat+dessert 16,50 €). Vin au verre. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse. Vente à emporter.

A la fois bar, restaurant, et bistro cave à vin, l'établissement est situé sur la place de Milliane, ce qui offre des facilités pour stationner. Visible grâce à ses portes et fenêtres bleues, il est décoré avec goût, affichant notamment de jolis sets de table dans des tissus élégants, gris et noir, surmonté d'un mur de miroirs. Dans un coin une vieille horloge égrène le temps. La cuisine est résolument traditionnelle et régionale. Vous aurez le choix dans différents menus ou prendre un « Plat bistrot » tel que la souris d'agneau braisée au thym ou l'incontournable coco de Pamiers mijotés à la façon du chef, présenté en verrine que l'on déguste avec une Georgette accompagnée d'une salade aillée pour digérer. La carte propose aussi un choix de poissons comme l'originale brochette géante à la plancha. Pour les amateurs de vins une excellente carte est disponible. C'est un endroit sympathique et vivant qui a déjà su conquérir une clientèle importante. Belle terrasse pour les beaux jours.

### ■ BRASSERIE LE PYREVAL

**La Bouriette**

○ 05 61 60 09 97

Ouvert toute l'année. Basse saison : du lundi au samedi de 7h à 20h. Haute saison : du lundi au samedi de 7h à 23h. Menus de 11 € à 30 € (assiette américaine : 17,50 €). Menu enfant : 8,50 €. Plat du jour : 8,50 €. Entrée + plat + dessert ou café : 12 €. Plat + dessert + café : 11 €. Terrasse. Grands parking.

Vous ne pouvez pas la manquer, c'est la brasserie avec sa grande terrasse adjacente au centre commercial Intermarché, face au rond-point de l'entrée du parking. On peut rentrer par l'extérieur ou par le centre commercial. Ce n'est pas une brasserie comme on en trouve, hélas, trop souvent dans les centres commerciaux. Ici, on fait de la cuisine, de la vraie cuisine ! Le foie gras est maison. Les salades sont copieuses, le tartare et le carpaccio délicieux

et les plats du jour proposent des plats traditionnels et de qualité comme le pot-au-feu, la blanquette de veau ou une excellente paella. L'accueil de Sabah est sympathique et souriant. Le rapport qualité/prix est très bon. Endroit parfait pour un déjeuner avant les courses, un dîner, un rendez-vous d'affaires ou tout simplement pour le plaisir. On ne ratera pas la copieuse salade ariégeoise et le cassoulet fait maison. À noter, l'établissement est également un point de vente Française des Jeux.

#### ■ CAFÉ DE LA HALLE

**16, place de la République**

© 05 61 67 13 04



Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi de 7h à 20h30. Vin au verre. Accueil des groupes. Terrasse.

De nombreux villages possèdent leur « café de la Halle ». C'est le cas de Pamiers qui, bien qu'étant une ville, a su conserver cet esprit de village, lieu de rencontre des personnes de tous âges, des clubs sportifs et des fêtes de troisième mi-temps. Jérémie et son équipe vous accueillent dans cette institution de trente ans et vous proposent le midi en salle ou sur la grande terrasse très agréable des plats du jour traditionnels, tels le cassoulet régional, la tartiflette ou des plats cuisinés maison. Entre tradition et modernité, esprit d'antan et XXI<sup>e</sup> siècle, une bonne adresse pour passer un moment sympa au centre de Pamiers.

#### ■ CRESCENDO

**Centre commercial Carrefour**

**Route de Mirepoix © 05 61 67 48 77**

**www.crescendo-restauration.fr**

**pamiers@crescendo-restauration.fr**

Ouvert toute l'année. Tous les jours de 9h30 à 22h ; tous les jours de 11h15 à 14h30 et de 18h30 à 21h30. Pour les plats chauds. Menu enfant : 4,25 € (1 plat, dessert, boisson). Suggestion du jour : 7,50 € (plats du jour variant de 5,50 € à 7,50 €). Grillades de 5,50 € à 8,95 €. Chaises bébé. Vente à emporter. Wifi gratuit.

Il y a des adresses futées qui se cachent dans les chaînes de restaurants. C'est le cas de celle-ci à l'entrée du Carrefour de Pamiers. Cette chaîne a pour leitmotiv de proposer des produits frais, préparés devant vous façon cuisine traditionnelle, avec de vrais produits du marché. Votre plateau à la main vous vous retrouvez face à des îlots : boucherie pour les grillades, poêlées pour des plats élaborés, plat du jour pour... à votre avis ? Et aussi : une cave à vin (on y a vu du vin d'Ariège), de bons desserts et même une crêpière (humaine pas mécanique). Le rapport qualité/prix est à la hauteur de ce que nous avons mangé : excellent. Une chaîne originale et de qualité qui méritait de figurer dans ce guide.

#### ■ AU COUDE FOU

**46, rue Gabriel-Péri**

© 05 61 69 58 33

**christine.guyader@orange.fr**

Ouvert toute l'année. Du mardi au samedi (dernier service à 21h30). Menus de 12,50 € à 14,50 € (entrée + plat + dessert). Menu enfant : 7 €. Entrée + plat ou plat + dessert ou fromage. Plat du jour : 8,90 €. Vin au verre. Galettes de 4 € à 7,50 €. Assiettes gourmandes de 5,90 € à 9,90 €. Chèque Restaurant.

# Restaurant Bistrot La Bascule



Place Milliane  
09100 Pamiers

Tél. 05 61 69 73 34  
la.bascule09@orange.fr

Le Coude Fou est bien plus qu'une crêperie, installée depuis de nombreuses années. On sent bien l'influence de ses origines dans le choix des plats proposés par Pascal Guyader, un Breton qui s'affaire en cuisine avec talent, pendant que Christine s'occupe en salle de l'accueil et du service d'une façon naturelle et très sympathique dans un décor rouge et blanc autour de tables et de chaises bistrots. Le rapport qualité prix de ce restaurant est excellent, comme tout ce que vous verrez passer dans votre assiette. Les plats sont vraiment copieux et originaux (la terrine de canard aux abricots est un vrai délice). Nous avons dégusté la bretonne, une galette à l'andouille de Guémené et à la moutarde, de fins croustillants de chèvre au jambon cru et l'ariégeoise, au magret de canard fumé. Tous les desserts sont faits maison. Le cidre se savoure au verre ou en bouteille. Une très bonne adresse que nous recommandons sans modération !

#### ■ GRAND CAFÉ DE LA PLACE

**Place de la République**

09 67 10 64 46



Ouvert du jeudi au mardi le midi (dernier service à 14h30). Ouverture le soir pour fêtes et festivals. Menu unique à 14 €. Menu enfant : 7 €. Plat du jour : 8,50 €. Menu étudiant 6 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Chaises bébé. Terrasse. Wifi.

Ce bar-restaurant est bien connu des Appaméens depuis plus de 20 ans. La grande terrasse, donnant sur la place de la République, permet de profiter de l'animation du centre-ville de Pamiers. On peut bien sûr y déjeuner pour profiter des plats faits maison, des plats simples du jour ou des bons snacks. Une grande salle à l'étage accueille les groupes, et une salle de réunion est également aménagée pour la clientèle business... En saison, il y a des concerts les jeudis midi, pour des apéritifs festifs. Le centre-ville renaît.

#### ■ AU GRÉ DES SAISONS – HÔTEL DE FRANCE

**5, cours Joseph-Rambaud**

05 61 60 20 88

[www.hotel-de-france-pamiers.com](http://www.hotel-de-france-pamiers.com)

[contact@hotel-de-france-pamiers.com](mailto:contact@hotel-de-france-pamiers.com)

Ouvert toute l'année. Du lundi au jeudi le midi. Menus de 15 € à 50 €. Menu enfant : 10 € (jusqu'à 12 ans). Formule du midi : 18 € (entrée + plat + dessert). Vin au verre. Entrée + plat ou plat + dessert : 15 €.

Cet établissement est le restaurant de l'Hôtel de France. Le chef vous propose une cuisine à base de produits achetés sur le marché de Pamiers à des producteurs locaux ou régionaux et utilise différentes techniques de cuissons contemporaines comme la cuisson à basse température permettant de meilleurs saveurs et de l'onctuosité. Décor sobre, accueil sympathique et très professionnel, idéal pour un déjeuner d'affaires. Exposition d'œuvres d'art aux murs.

#### ■ HÔTEL-RESTAURANT DE LA PAIX

**4, place Albert Tournier**

05 61 67 12 71 / 05 61 60 61 02

[www.hoteldelapaix-pamiers.com](http://www.hoteldelapaix-pamiers.com)

[info@hoteldelapaix-pamiers.com](mailto:info@hoteldelapaix-pamiers.com)

Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi le midi de 12h à 13h30 et le soir de 19h30 à 21h30. Menus de 24 € à 34 €. Menu enfant : 8 €. Formule du midi : 17 €.

Ce lieu est probablement le plus ancien hôtel-restaurant du département. C'était un relais de poste à l'époque de Louis XVI. Il a conservé, outre le style néoclassique propre à cette époque, quelques éléments tels qu'un vitrail et de magnifiques plafonds Empire. Vous découvrirez également une terrasse verdoyante. Cela donne une atmosphère chaleureuse à l'hôtel. Côté table, une magnifique salle de restaurant peut accueillir jusqu'à cinquante personnes. Elle est décorée avec raffinement, dans des tons rouge et or. Dans l'assiette, une cuisine de très grande qualité, originale et variée. Une excellente adresse dans la ville natale de Gabriel Fauré tenue par Tina et Olivier !

#### ■ KURAMA

**12, rue Victor Hugo**

09 87 00 10 25

07 60 43 39 32

[www.restaurant-kurama.fr](http://www.restaurant-kurama.fr)

[dunpeal33@hotmail.com](mailto:dunpeal33@hotmail.com)

Ouvert du lundi au samedi le midi de 11h30 à 14h et le soir de 18h à 22h. Menus de 12,50 € à 25 € (bateau pour 2 personnes 51 €). Formule du midi : 14 €. Menu étudiants 8,50 €. Terrasse. Vente à emporter.

Le chef est d'origine japonaise par un de ses parents et possède une solide expérience de la cuisine traditionnelle de l'Empire du Soleil Levant. Encore une fois, une montagne vient à la rencontre de nos chères Pyrénées. L'Atlas à Foix, et le Mont Kurama à Pamiers. Cette montagne sacrée est située au nord de Kyoto. On peut voir la cuisine se faire sous nos yeux car le maître de cuisine travaille derrière le comptoir pour réaliser ses spécialités de poisson cru ou de brochettes sur charbon de bois. Énormément de choix dans la carte. Toutes les spécialités nippones sont cuisinées tels les ramen, Doonburri, des assiettes de nouilles copieuses, parfumées et colorées d'égumes de saison. Nous n'oublierons pas bien sur les makis et les sushis copieux et de belle taille, les assortiment de brochettes succulentes au saumon bœuf, porc, poulet, et une surprise au fromage. La salle, climatisée, est petite et peut accueillir une vingtaine de personnes mais il est également possible de commander et emporter chez soi ou, dès le soleil revenu, s'installer sur le trottoir.

#### ■ LE MAS SAINT-ANTONIN

**Route de Mirepoix**

**4, rue Bernard-Saisset**

05 61 60 62 57

Fermeture 3 semaines début août. Ouvert du lundi au samedi le midi de 12h à 14h ; du mercredi au samedi de 19h30 à 22h et le soir. Menu enfant : 8 €. Formule du midi : 12,50 € (entrée + plat ou plat + dessert. Entrée + plat + dessert 16,50 €. Plat du jour 9,50 €). American Express, Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Chaises bébé. Terrasse. Parking à proximité, climatisation, cheminée.

Voilà un établissement de véritable cuisine italienne managé par Antonio et Laurent, deux beaux-frères bien sympas. Mais non ce n'est pas une pizzeria, c'est de la

cuisine italienne on vous dit, avec de l'huile d'olive, de la mozzarella, du mascarpone, des raviolis à la truffe, des parfums uniques... On comprend rapidement pourquoi la réservation est conseillée à midi, voire indispensable, car le rapport qualité/prix est exceptionnel. C'est vraiment l'adresse où, si on est pressé, on peut vraiment très bien manger et dans un délai fort raisonnable tant l'équipe en salle est organisée et efficace. Mais attention ce n'est pas un fast-food, on peut également prendre le temps même si le soir semble plus adapté. La salle est grande, lumineuse malgré la couleur grise et le mur en tapisserie façon briques ; ambiance jeune, décontractée et sérieuse. L'accueil est à la hauteur de la cuisine. Bilan : une adresse futée comme on les aime qui mérite largement son renard. *Buon appetito !*



### LE MOULIN 1, rue d'Emparis

① 05 61 68 22 41

[le-moulin9@orange.fr](mailto:le-moulin9@orange.fr)

Ouvert du mardi au dimanche le midi ; du mardi au samedi le soir. Réservation recommandée. Menu enfant : 9 €. Formule du midi : 17 € (entrée + plat + dessert). Chèque Restaurant. Terrasse.

Ouvert depuis 7 ans, ce petit restaurant coquet au bord du canal ne désemplit pas le midi. Ici surprise tous les jours, des plats différent, suivant le marché et l'humeur du chef qui aime travailler les produits frais. Deux suggestions : viande et poisson, au choix. La jolie Laetitia et le chef Julien Valle vous accueillent dans une ambiance conviviale. Superbe et grande terrasse sur le canal, très agréable l'été.

Mais le Moulin, c'est aussi LE traiteur en vogue sur l'Ariège, capable de régaler de 20 à 600 personnes ! Des prestations hors du commun, verines ou à thèmes : 100% ariégeois (notre préféré...), espagnol ou dernièrement le tour du monde en 17 plats différents !!! Julien se déplace de salles des fêtes en chateaux...ou prestation directement au restaurant. Tarifs suivant votre demande. Rien de commun avec les traiteurs classiques du département ! Mariages ou inaugurations...C'est le Moulin et ça tourne !

### ■ LE PIC À VIANDES

46, avenue de la Rijole

① 05 61 67 47 26

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

Ouvert du mardi au samedi le midi de 12h à 15h ; du jeudi au samedi de 12h à 15h et le soir de 19h30 à 23h. Réservation recommandée. Menu unique à 27 €. Plat du jour : 12,90 €. Entrée + plat ou plat + dessert : 14,90 € ; entrée + plat + dessert : 16,90 €. Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Boutique.

Le restaurant se situe directement dans le prolongement du Comptoir Appaméen des Viandes, spécialisé dans l'abattage et la découpe, géré par la famille Amardeil, bien connue des Ariégeois en tant que grossiste. Nous sommes donc ici en présence de véritables professionnels de la viande dans tous ses états. Et pour que ce Pic à Viandes ne manque pas de piquant, un véritable chef œuvre en cuisine, lui aussi bien connu en la personne de Grégory Rodriguez, qui avait fait le bonheur des gastronomes dans son fameux restaurant la Table de la Ramade à



*Un havre de paix  
au centre de Pamiers !*



1, rue d'Emparis - 09100 Pamiers

① 05 61 68 22 41

Rabat-les-Trois-Seigneurs, au pied d'un autre pic. Vous vous régalez de viandes bien sûr, mais également de poissons. La salle est immense, la déco est design en rouge et noir et teintée de blanc. De grandes baies vitrées apportent de la lumière tout en cachant l'environnement extérieur. Un grand bar-comptoir, où l'on peut manger, orne l'entrée. Le personnel est vraiment top, très attentif, efficace, avec le sens de l'humour : la recette idéale pour faire de ce Pic une adresse piquante et futée. A proximité, la boutique permet de s'approvisionner avec des produits qui viennent directement de l'abattoir.

### ■ LA PIZZA ROYALE

41, rue Victor-Hugo

① 05 61 67 58 00

Ouvert tous les jours le soir ; du lundi au samedi le midi. Vente à emporter.

La Pizza Royale existe depuis vingt-cinq ans à Pamiers. Nouvelle enseigne cette année et une nouvelle venue, la sympathique Astrid qui vous accueille aux côtés de David Iresch et de sa mère Evelyne. Un trio de choc ! La qualité est forcément au rendez-vous car les recettes proviennent de la fameuse pizzeria de La Tour-du-Crieu réputée pour ses pizzas savoureuses. La carte vous propose pas moins de 35 pizzas blanches ou à la sauce tomate dont les délicieuses pizzas indienne, ariégeoise ou aux Saint-Jacques à emporter pour savourer chez vous ou ailleurs. Vous pouvez même vous faire livrer gratuitement à Pamiers et aux alentours. Futé non ? A noter une troisième pizzeria La Torra à Rieucros pour mieux vous servir !

### ■ PIZZERIA LE DON CAMILLO

Espace Grand-Soleil

15, rue Charles-de-Gaulle

① 05 61 60 13 12

[www.doncamillo-pamiers.fr](http://www.doncamillo-pamiers.fr)

doncami@wanadoo.fr



Ouvert toute l'année. Fermeture annuelle : 15 jours en août. 1<sup>er</sup> mai. 25 décembre. 1<sup>er</sup> janvier. Du mardi au vendredi de 12h à 13h30 (dernier service à 13h30) et le soir de 19h30 à 21h30 ; le samedi de 19h30 à 22h. Menus de 12 € à 13 €. Menu enfant : 9 € (jusqu'à 12 ans). Formule du midi : 12 € (formule Presto (pâtes + dessert)). Pizzas traditionnelles, blanches ou gastronomiques de 11 € à 18 €. Chèque Restaurant. Terrasse.

Don Camillo est un prêtre bien connu au cinéma et dans la publicité mais ici « ce ne sont pas que quelques pâtes ! » Le Don Camillo de Pamiers est une véritable institution depuis plus de 20 ans. Vous aurez un immense choix de pizzas, de la reine avec magret à l'Ariégeoise à la pizza au Béthmale. Nous noterons l'originalité du tiramisu présenté dans une verrine façon foie gras. Le Don Camillo s'est d'ailleurs taillé une belle réputation dans ce créneau particulier de la restauration appaméenne. Grande terrasse couverte ajoute du charme à cet établissement entièrement rénové du sol au plafond, avec point de vue sur le clocher de la cathédrale. M. Palmério et son équipe accueillent les clients depuis 19 ans dans son établissement avec une chaleur sincère, franche, et profondément souriante, ce qui est évidemment un gage de qualité et de sérieux. Également pizzas à emporter. À découvrir, la Volcano, une pizza gastronomique avec foie gras et magret de canard, et la Milano, au jambon de Parme, ou encore la Pescatore aux fruits de mer, noix de Saint-Jacques et crevettes. C'est ici le seul restaurant pizzeria au cœur de la ville. Vous auriez bien tort de ne pas en profiter !

### ■ RESTAURANT DEYMIER

1 rue Bernard-Saisset

Route de Mirepoix

① 05 61 60 08 11



Fermé du 1<sup>er</sup> au 31 août. Ouvert du mardi au samedi le midi et le soir. Réservation recommandée. Menus de 18 € à 54 € (menus surprises de 34 € à 54 € selon le nombre de plats). Carte : 45 € environ. Menu enfant : 12 € (plat + dessert). Formule du midi : 15 € (entrée + plat ou plat + dessert. Entrée+plat+dessert 18 €). Vin au verre. Chèque Restaurant. Terrasse.

Attention, à ne pas louper ! Vous êtes ici au cœur d'une grande adresse ariégeoise ! Prenez un établissement de grande renommée. Prenez un chef d'expérience, François Bassas, qui a œuvré dans de grands établissements, dont le Ritz à Paris et les cuisines d'un Premier ministre à Matignon, qui nous a régale dans un autre établissement ariégeois et qui avait troqué sa fameuse casquette contre une « toque » de chez notre confrère. Saupoudrez de produits régionaux hautement sélectionnés, ajoutez un zeste d'équipe en salle au top qui a suivi le chef, et vous dégusterez ce qui, pour nos babines, est une cuisine

de territoire de haut niveau, tels le roulé de truite bio fumée sur place, la brousse de brebis, la canette fermière en deux cuisssons, purée de betterave et jus truffé... Et si vous manquez d'inspiration, laissez-vous guider par François Bassas et ses menus surprise...

### ■ LE SAINT-CLAIR

56, rue Victor-Hugo

① 05 81 30 50 63

Ouvert toute l'année. Du mardi au dimanche le midi ; du jeudi au samedi le soir. Menus de 14 € à 17,50 €. Menu enfant : 7 €. Formule du midi : 13 € (entrée + plat ou plat + dessert. Vin et café compris). Accueil des groupes (salle privative à l'étage). Terrasse. Vente à emporter. Placé idéalement en plein centre-ville de Pamiers, cette brasserie propose une agréable terrasse ombragée qui domine le canal. Julien est aux commandes pour vous faire découvrir une cuisine du Sud-Ouest classique (brochettes, duo de canard ou magret succulent) avec des plateaux à partager (fromages, charcuterie...). Soirées à thème, par exemple, la célèbre Saint-Patrick, chère aux Irlandais, soirées flamenco, jazz... mais aussi des apéros concerts. Jolie carte de vin mais rien d'étonnant quand on sait d'où viennent nos deux nouveaux Ariégeois d'adoption : de Bourgogne !

### ■ LE TUGA

16, rue Victor-Hugo

① 05 34 01 62 79

Ouvert du mardi au samedi de 12h à 14h30 et le soir de 18h à 21h30 ; le dimanche et les jours fériés de 11h30 à 14h30. Menu unique à 13 € (entrée + plat + dessert). Carte : 21 € environ. Formule du midi : 9,90 € (entrée + plat ou plat + dessert).

« Tuga » reprend quatre des lettres du Portugal, pays d'origine de Luana Ferreira, de Luis son mari, et d'Emilce, sa maman, qui est en cuisine. Une affaire familiale. La salle, en longueur, se dirige vers une cuisine ouverte. La musique brésilienne donne l'ambiance et les grandes vues de Rio de Janeiro et de Lisbonne donnent le ton. Luana au service, tout sourire avec son charmant accent, assure que nous allons manger des spécialités portugaises et brésiliennes à base de morue, de poissons, de poulettes frites et même un cassoulet du Brésil ! Pratique, les plats sont disponibles à la vente à emporter.

## Le gîte

### ■ HÔTEL LA ROCADE

18, Impasse Lavoisier

Zone industrielle

① 05 34 02 12 13



Ouvert toute l'année. Accueil 24h/24 (automate). 25 chambres. Chambre double de 40 € à 58 € ; chambre triple à partir de 55 €. Soirée étape. Petit déjeuner buffet : 5,90 € (de 6h30 à 10h). Séminaires. Wifi gratuit. Restauration. Canal +.

Pascal et Laurence Valtat ont quitté Toulouse pour s'installer en Ariège. Cet hôtel réunit le calme et le confort. Il est extrêmement bien placé par rapport au réseau routier

et ferroviaire : il est en bordure de la route nationale 20 et à cinq cent mètres de la gare. Un peu à l'écart du centre-ville, il est bien implanté pour qui veut visiter Pamiers et sa région. Les 25 chambres 2 étoiles, le parc privé avec jeux pour enfants, le garage, le salon lecture, la salle à manger, le bar salon et les jeux vidéo garantissent détente et bien-être dans une atmosphère chaleureuse. L'hôtel neuf, insonorisé (double-vitrage dans toutes les chambres) et de conception moderne, met à la disposition de la clientèle, jeux de société, TV à écran géant dotée de Canal + et, l'été, terrasse et barbecue. Une réception automatique permet de recevoir les clients 24h/24. A ne pas oublier : une piscine très agréable est à votre disposition pour votre détente. À midi, ou le soir, vous goûterez une cuisine traditionnelle dans une ambiance feutrée : salade de gésiers au foie gras, pièce de bœuf à la sauce de votre choix (salle de réunion équipée pour 50 personnes).

### **■ HÔTEL-RESTAURANT DE LA PAIX**

**4, place Albert Tournier**

**④ 05 61 67 12 71**

**⑤ 05 61 60 61 02**

**[www.hoteldelapaix-pamiers.com](http://www.hoteldelapaix-pamiers.com)**

**[info@hoteldelapaix-pamiers.com](mailto:info@hoteldelapaix-pamiers.com)**

Ouvert toute l'année. Accueil 24h/24 (digicode). Chambre simple de 49,50 € à 55,50 € ; chambre double de 59,50 € à 65 € ; chambre triple à partir de 71 € ; suite à partir de 79 €. Petit déjeuner buffet : 8 €. Parking inclus. Animaux acceptés (5 €). Wifi. Restauration.

Ce lieu est probablement le plus ancien hôtel du département. C'était un relais de poste à l'époque de Louis XVI. Il a conservé, outre le style néoclassique propre à cette époque, quelques éléments tels qu'un vitrail et de magnifiques plafonds Empire. Vous découvrirez également une terrasse verdoyante. Cela donne une atmosphère chaleureuse à l'hôtel. Quatorze chambres vous attendent, toutes équipées de WC, douche ou baignoire, et décorées agréablement. Un parking privé est à votre disposition. Une excellente adresse dans la ville natale de Gabriel Fauré tenue par Tina et Olivier !

### **■ HÔTEL-RESTAURANT**

**LE ROI GOURMAND\*\***

**21, rue Pierre-Semard**

**④ 05 61 60 12 12**

**[www.hotel-roigourmand09.com](http://www.hotel-roigourmand09.com)**

**[leroigourmand@wanadoo.fr](mailto:leroigourmand@wanadoo.fr)**

Ouvert toute l'année. Restaurant fermé le dimanche soir. 19 chambres. Chambre simple à partir de 59 € ; chambre double à partir de 63 € ; chambre triple à partir de 73 €. Pension complète (soirée étape : 74 € à 81 €). Petit déjeuner : 7,50 €. Chèque Vacances. Wifi gratuit. Restauration (service Brasserie).

Le Roi Gourmand est un hôtel de seize chambres, au cachet personnalisé, à la décoration récente et de bon goût, équipées de douche, WC, télé et téléphone direct et wifi. Face à la gare, proche du centre-ville, un hôtel de charme dans une ville tranquille et agréable. Jean-François Soulié dirige cet établissement depuis plus de quinze ans dans une salle panoramique et climatisée, au cadre moderne et raffiné.

### **■ PREMIÈRE CLASSE**

**Route de Mirepoix**

**« La Bouriette »**

**④ 08 92 70 71 86**

**[www.premiereclasse.fr](http://www.premiereclasse.fr)**

**[pamiers@premiereclasse.fr](mailto:pamiers@premiereclasse.fr)**



Ouvert toute l'année. Système automatique de paiement par carte bancaire pour un accueil 24h/24. 58 chambres. Chambre double 39 €. Parking inclus. Wifi gratuit. Tv satellite, Canal +.

Cet établissement répond aux attentes des professionnels, des étudiants, des familles et des groupes de touristes. Il fait partie des 900 hôtels et restaurants « Première classe » implantés en Europe, hôtels pratiques, économiques et sympathiques. Cet hôtel de Pamiers est une parfaite halte sur les routes de l'Espagne, et étape agréable pour les aventuriers de la basse vallée de l'Ariège. Vous y serez accueilli, avec le sourire, par Angélique. Le service proposé est de qualité et ne déroge pas à la charte connue des hôtels « Première classe ». Les 58 chambres sont simples, confortables, pratiques et bénéficient d'un calme réparateur et agréable. Le rapport qualité prix est à noter. Le système de cet hôtel vous laisse une entière autonomie. Il faut noter que l'aéroport de Blagnac est à 60 km, l'autoroute à 300 mètres, les stations de ski ariégeoises à moins d'une heure et tous les commerces appamésans à quelques minutes. Je vous réveille à quelle heure ?

### **Campings**

#### **■ CAMPING L'APAMÉE**

**Route de Saint-Girons**

**④ 05 61 60 09 09**

**[www.camping-apamee-ariege-pyrenees.fr](http://www.camping-apamee-ariege-pyrenees.fr)**

**[info@lapamee.com](mailto:info@lapamee.com)**



Fermé du 1<sup>er</sup> novembre au 30 avril. Locations ouvertes de Pâques à la Toussaint. 85 emplacements (100 m<sup>2</sup>). Exposition : ombragé. Emplacement + véhicule + 2 personnes à partir de 16 €. Emplacement de 8 € à 9 €. Chalets jusqu'à 5 personnes de 455 € à 623 € la semaine ; chalets jusqu'à 3 personnes de 490 € à 742 €. Enfants de moins de 5 ans : gratuit. Animaux acceptés (2 €). Aire pour camping-cars.

Vous êtes arrivés aux portes de l'Ariège. Tout est prévu ici pour vous permettre de faire une halte avant le grand périple vers notre beau département. Halte... ou séjour car vous n'êtes finalement loin de rien. Le charme de la campagne tout près des plaisirs de la montagne !

Le camping propose différents services forts utiles tels une station de lavage voiture, des tables à repasser, possibilité de faire des barbecues, un point d'informations touristiques et pour la protection de notre environnement une politique de tri sélectif. 4 campings et 1 complexe de gîtes pour vivre idéalement vos vacances ! Organisez votre séjour en Ariège sur [www.vacance-ariege-pyrenees.com](http://www.vacance-ariege-pyrenees.com) ou à la centrale de réservation au ④ 05 61 60 09 09.

## Loisirs

### ■ CENTRE ÉQUESTRE DE LAS RIVES

**Verniolle**

**Route de Coussa**

① 05 61 60 58 60 / 06 82 02 84 23

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

Ouvert toute l'année.

Le paradis du cheval, tel pourrait être le slogan de ce Centre équestre installé sur un domaine de 70 ha ombragés et traversés par une petite rivière. Il comprend un club hippique avec onze chevaux pour tout niveau, du débutant au compétiteur, un poney club avec trente poneys dressés pour le bonheur des enfants, et un baby poney, à partir de trois ans, pour une approche ludique de l'équitation à un rythme adapté aux très jeunes enfants. Il possède, en outre, trois carrières, deux manèges couverts, deux camions pour les sorties concours, un club-house et, par-dessus tout, la compétence et la gentillesse de tous les animateurs de ce lieu tout entier dédié à la « plus noble conquête de l'homme ». Dès leur plus jeune âge, les tout-petits peuvent s'initier à ce sport qui est aussi un merveilleux moyen de découvrir la nature et la beauté des paysages ariégeois. Pas de souci pour les prix puisqu'ils sont à la carte et proportionnels à votre niveau, votre budget ou votre disponibilité. Possibilité de stages tous niveaux avec examens dont deux diplômes d'Etat. Tous en selle !

### ■ CENTRE ÉCOLE DE PARACHUTISME SPORTIF

**Aérodrome de Pamiers**

① 05 61 68 72 00

[www.parachutisme-pamiers.fr](http://www.parachutisme-pamiers.fr)

[contact@parachutisme-pamiers.fr](mailto:contact@parachutisme-pamiers.fr)

Ouvert toute l'année. Tous les jours.

Association fondée en 1984 et qui achètera son premier avion 5 ans plus tard. Actuellement ce centre totalise plus de 30 000 sauts par an. Il vous sera possible de faire monter votreadrénaline grâce aux différentes prestations proposées : sauts en tandem, initiation chute libre, parachutisme. Depuis l'aérodrome des Pujols, vous

pourrez également en prendre plein les yeux grâce aux baptêmes de l'air, vols d'initiation, survols des châteaux cathares, formation vol à moteur et voltige.

### ■ INTERSPORT

**Centre commercial Pré sud,**

**25, route de Foix**

① 05 61 68 42 00

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

Ouvert toute l'année. Du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 14h à 19h ; le samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 19h. Cette enseigne est le numéro 1 mondial et européen de la distribution d'articles de sport et le magasin de Pamiers une des plus grandes surfaces de la Basse Ariège. Vous trouverez ici tout ce qui concerne la vente de matériel, textile, chaussures, accessoires et services associés (location de matériel de ski, carte de fidélité...) parmi les plus grandes marques et certaines marques exclusives, avec toujours une politique de prix et de promotions très attractive. Un doute sur un achat ? Besoin d'un conseil ? Les équipes de vente sont toutes composées de passionnés de sport toujours au courant des dernières innovations technologiques et des dernières tendances et ce, dans tous les domaines. De la pétanque au camping, à la randonnée, au ski en passant par l'escalade en haute montagne, Intersport s'engage à vous offrir les meilleurs prix et même à vous rembourser la différence si vous trouvez moins cher ailleurs ! De plus, vous pouvez changer d'avis, jusqu'à 15 jours après votre achat.

## Sorties

### ■ MY NIGHT

**2, chemin de Peyre-Plantade**

① 07 88 76 32 59

Ouvert toute l'année. Le vendredi et le samedi de 23h à 7h. Ouvert les veilles de jours fériés. Navette client. Animations. Aux commandes de ce nouvel établissement des nuits appaméennes, deux potes noctambules, Matthieu et Yohan, connaissant parfaitement bien le milieu de la nuit. Ils ont décidé de faire un club éclectique avec un

© PHOVOIR



Au cœur de Pamiers.

DJ expérimenté, Alexander Coast, qui a promené ses platines jusqu'en Australie. La clientèle est strictement sélectionnée, et les mineurs restent à la porte. Pour « Sam », le capitaine de soirée, l'entrée est gratuite et deux consos sont offertes. D'autre part, si vous êtes un homme et que vous amenez cinq copines, une bouteille de bulles rosées vous est offerte. Pour les plus jeunes restés à la porte, ils peuvent envahir le *dancefloor* le mercredi de 14h à 18h. A noter que chaque dernier week-end du mois, si vous êtes né dans cette période, ça va être votre fête !

### ■ STRIKE BOWLING

#### Zone commerciale La Bouriette

##### Village auto

© 05 61 68 09 32

Ouvert du lundi au samedi de 10h à 2h ; le dimanche de 15h à 2h. Restauration.

Amis sportifs ou juste pour le fun, soyez les bienvenus dans le seul bowling 6 pistes d'Ariège ! On y joue dans une ambiance fun et décontractée et on peut également y manger des tapas, des pizzas... C'est bon et c'est de qualité. Endroit idéal pour les enfants qui peuvent même y fêter leur anniversaire, jusqu'à 13 ans, tout en jouant. Pour les grands, c'est ouvert tous les jours, ça ferme tard, on s'y gare facilement. Bref, si on cherche un lieu sympa pour passer une soirée non moins sympa, c'est ici qu'il faut se retrouver. Nouveauté futée pour cette année, sangria et tapas pour se régaler en jouant ou pas. Et si la quille n'est pas trop votre truc, vous pourrez assister à des retransmissions de matchs de ballon, ovale ou rond, moins lourds. *Strike !*

## Emplettes

### ■ LA BRÛLERIE APPAMÉENNE

3, rue Gabriel-Péri

© 05 61 60 56 60

[www.labrulerie.net](http://www.labrulerie.net)

[labrulerie.appameenne@orange.fr](mailto:labrulerie.appameenne@orange.fr)

Ouvert du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 19h ; le samedi de 8h30 à 19h.

La Brûlerie torréfie du café depuis plus de 30 ans. Il est facile de la trouver en suivant le parfum du café qui embaume toutes les rues de la ville à proximité de l'établissement les jours de torréfaction. Ici le café est comme le vin, composé de grands crus sélectionnés et en provenance du monde entier. Il se déguste et les conseils avisés de l'équipe vous emmèneront dans un voyage gustatif et surprenant.

### ■ LA CAVE CHEZ XAVIER

14, avenue de la Rijole

© 05 34 02 12 29

[www.lacavechezxavier-pamiers.fr](http://www.lacavechezxavier-pamiers.fr)

xavf@me.com

Ouvert le lundi de 14h à 19h ; du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 19h ; le samedi de 9h à 19h.

Une adresse gourmande qui propose un grand choix de vins et de fromages affinés. On effleure ici l'excellence tant la qualité, le professionnalisme, le conseil et le savoir-faire sont mis en avant. Pas de flagornerie inutile, en voici la preuve : Le maître affineur incontesté du fromage en Midi-Pyrénées est le célèbre Toulousain

Xavier, prénom du maître des lieux secondé par son épouse Nathalie. Une cinquantaine de fromages de chez Xavier (le Toulousain) sont proposés chez Xavier Fauré (l'Apaméen). Côté cave à vin, on peut compter (si on a le temps) près de 500 références. Ici aussi, le conseil et les dégustations sont proposées par une pointure du métier, la sommelière Vanessa Bouisset, vice-championne de France de sommellerie ! Cette année, nouveau projet pour l'équipe un nouvel espace de 300 m<sup>2</sup> dans la future zone du Chandelet avec en plus des caves vins et fromages, il y aurait un salon de thé et un restaurant.



### CAVES DEYMIER

Route de Mirepoix

© 05 61 67 23 24

[contact@caves-deymiers.com](mailto:contact@caves-deymiers.com)

Ouvert du mardi au samedi de 8h45 à 12h15 et de 14h30 à 19h15.

Spécialiste des champagnes, vins fins, spiritueux, colis cadeau, voici la plus grande cave de l'Ariège et surtout de Midi-Pyrénées ; une véritable institution depuis 1950. On y trouve tous les vins de France et d'ailleurs mais surtout la surprise en rentrant dans le magasin d'un aussi grand choix et du conseil personnalisé si appréciable de nos jours ! Maison boutique dotée d'un grand parking, son espace intérieur est très agréable. Sur 300 m<sup>2</sup>, ce sont en tout près de 2 000 références de vins et alcool à des prix tout à fait corrects. Pas de souci à se faire question rapport qualité/prix. Admirez l'Armagnacothèque, avec des Armagnacs de 1940 à 1990, très prisés pour des cadeaux. Arrêtez-vous longuement devant l'expo des grands crus (Margaux et autres châteaux Latour), pour acheter... ou pour rêver. Remarquez les choix exceptionnels, en champagne avec pas moins 100 références, 60 de rhums et 200 de whiskies du monde entier. Une collection de vieux Rivesaltes de 1930 à nos jours. Ne manquez pas de découvrir tous les objets « autour du vin » : carafes, coffrets, tire-bouchons haut de gamme, thermomètres... Si vous ne savez à quel vin vous voulez, confiez vos hésitations à l'équipe Deymier, ils sauront vous conseiller un vin plaisir français ou étrangers.

## CAVES DEYMIER

Depuis 1950



Route de Mirepoix

09100 PAMIERS

Tél. 05 61 67 23 24

2500 références  
sur 300 M de vente



Pâte à Tartiner  
Maison



Le Castella

Flocons d'Ariège  
et  
Perle de Violette



Contact  
14 chemin du Crieu  
09100 La Tour du Crieu  
0565600105  
Suivez nous sur Facebook

**NOUVEAU**

praliné noisette, de la taille d'une noix et très légère. On l'apprécie à tout moment, avec un café ou un thé ou tout seul. Gilles Cassignol le fabricant et propriétaire de cette société, réalise tous les jours et depuis plus de douze ans des milliers de ces petits bonbons au praliné enrobés de meringue fondante. C'est à son maître d'apprentissage qu'il doit le secret de cette recette souvent copiée mais jamais égalée. Le praliné est fabriqué à partir de noisettes car le département est un gros producteur de ces fruits secs, c'est donc à la base un bonbon 100 % praliné noisette. On trouve les Flocons dans les meilleures pâtisseries, boulangeries et épiceries fines du département et également à Toulouse. A ne pas manquer gustativement parlant : les flocons à la violette et les flocons à la pâte à tartiner de la marque bien connue, mais bien meilleur pour la santé et l'environnement ! Un régal pour nos babines rusées.

### ■ LA FNAC Intermarché

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

Ouvert du lundi au samedi de 9h à 20h ; le dimanche de 9h à 12h45.

Ce début d'année 2018 a été marqué par un événement majeur dans le paysage commercial appaméen : l'ouverture de la première fnac en Ariège ! Le concept est innovant car le magasin n'est pas dans la galerie marchande de l'Intermarché mais à l'intérieur ! Ca s'appelle un « shop in shop ». La fnac occupe ainsi 420 m<sup>2</sup> dans l'Intermarché (qui est la plus grande surface du département). Depuis 5 ans la chaîne nationale ouvre ainsi des franchises afin de mettre la Fnac et un vaste choix de cultures à disposition des villes moyennes. Une première en Ariège mais également une première en France ! Il a fallu près des mois de réflexion et près de 10 jours pour remodeler la surface de vente, réalisé par des entreprises locales. Une équipe dynamique et enthousiaste d'une dizaine de personnes gère désormais 20 000 références dont 17 000 livres au sein d'un surface spacieuse et très lumineuse. La billetterie est également proposée pour réserver tous les spectacles. La fnac c'est aussi un site internet et ses 20 millions de référence et 750 000 visiteurs chaque jours. Toute commande passée avant 18h sera disponible le lendemain avant midi. L'endroit idéal pour acheter vos guides favoris ; -)

### ■ INTERMARCHÉ Centre commercial Pyreval Route de Mirepoix

© 05 61 60 97 97



Ouvert du lundi au samedi de 9h à 19h30 ; le dimanche de 9h à 12h.

L'Intermarché de Pamiers, qui emploie tout de même 120 salariés, occupe une surface de 6 000 mètres carrés dans un concept novateur et une nouvelle gestion de l'espace qui a fait de cet hyper un fleuron régional et national. Nous sommes maintenant dans un concentré de rayons esprit boutiques avec, par exemple, un véritable sommelier pour vous accueillir et vous conseiller sur la cave à vin, elle-même devenue un espace de vie où vous

### ■ CHARCUTERIE-BOUCHERIE-TRAITEUR ROUCH

12, route de Foix

© 05 61 60 40 40

[www.charcuterie-rouch.fr](http://www.charcuterie-rouch.fr)

[info@charcuterie-rouch.fr](mailto:info@charcuterie-rouch.fr)

Ouvert du mardi au vendredi de 7h30 à 12h30 et de 15h30 à 19h30 ; le samedi de 7h30 à 19h30.

Vous souhaitez pouvoir vous rendre chez un artisan charcutier boucher traiteur renommé mais sans subir les contraintes de stationnement de centre-ville ? Alors, rendez-vous dans le nouveau magasin de la Charcuterie Rouch et laissez-vous tenter en toute confiance par une large gamme de produits régulièrement récompensés : le jambon du pays ariégeois, le saucisson sous la cendre, le boudin, la saucisse sèche de foie, le foie gras... Un magnifique rayon de boucherie traditionnelle vous permettra de vous régaler avec de la viande issue d'élevages locaux exclusivement. Vous pouvez également passer vos commandes sur le web avec paiement sécurisé.

### FLOCONS D'ARIÈGE 10, chemin du Crieu

La Tour du Crieu

© 05 61 60 01 05

Ouvert du lundi au samedi de 8h à 12h et de 14h à 18h.

Le Flocon d'Ariège est une confiserie artisanale dont la fabrication nécessite précision, délicatesse et patience et constituée d'une tendre enveloppe de meringue parfumée à la vanille et d'un intérieur onctueux de

découvririez un large choix de vins ariégeois (et d'ailleurs) et où vous pourrez également déguster sur place des tapas, des sushis succulents, des assiettes d'huîtres ou de charcuterie... Le corner fraîch'papilles prépare chaque jour des assortiments de fruits et légumes. Les rayons disposent d'un superbe espace poissonnerie et avec dans l'ensemble une volonté de faire la place belle aux produits régionaux et aux produits bio. Innovations obligeant, vous pouvez faire vos courses directement en ligne et les récupérer au drive du magasin, même pour les produits frais !

## ■ LE PETIT LUDÉEN

Ludiès

④ 06 82 94 18 15

Ouvert du lundi au samedi. Livraison possible. CB non acceptée.

Connaissez-vous Le Petit Ludéen ? Ce n'est pas une crèche ou un établissement quelconque mais une pâtisserie qui nous vient de Ludiès. Ce n'est pas un pain d'épice ni un simple moelleux mais un moelleux d'épice fabriqué artisanalement par Jean-Paul Eychenne au travers de sa structure Les 5 Sens. Miel et épices sont délicatement associés pour obtenir un moelleux au goût léger à dominance anis vert à déguster en accompagnement d'une crème, d'une compote, d'une glace ou tout simplement d'un petit café. Existe également dans une version où l'anis laissera sa place à un curry délicieux avec du saumon fumé, de la chiffonnade de jambon ou du foie gras. Pour cette année, Jean Paul a concocté une nouvelle version de sa délicieuse création : Le petit ludéen aux zestes d'agrumes. Encore un fois, le renard se lèche les babines !

## ■ PETIT TOUR DES FERMES

Route de Toulouse

④ 06 81 06 68 65

Ouvert le lundi de 14h à 19h ; du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 15h à 19h ; le samedi de 9h à 12h30 et de 14h à 19h. Fermeture annuelle les deux premières semaines de janvier et les deux dernières semaines d'août. Voici une boutique qui vend des produits exclusivement régionaux ! Ici les gourmets exigeants sur la qualité et la provenance des produits se délectent grâce à Cathy et Jérôme qui font le tour des fermes. On peut aller voir directement l'éleveur de vaches, de veaux, ou le producteur de fruits et de légumes ou encore de fromages ou de yaourts... Un véritable enchantement pour les papilles, que du frais ou du transformé ! Jérôme est très proche de sa clientèle, son accueil est chaleureux et convivial. En saison, le saumon bio d'Écosse (d'élevage mais avec des aliments végétaux) ou encore la truite ou le poulet fermier de 3 kg sont à noter. En semaine, on peut commander une livraison de gamme de produits chaque jour, par exemple légumes du producteur tous les mardis. Amateurs de bonne qualité, c'est ici qu'il faut se rendre pour des prix plutôt adaptés.

## ■ SEXY FOLIE'S

1, rue André-Citroën

④ 05 61 69 91 43

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

[mondia3@wanadoo.fr](mailto:mondia3@wanadoo.fr)

Ouvert du lundi au samedi de 10h30 à 12h30 et de 13h30 à 19h.

On appelle ce type d'établissement un « supermarché du sexe »... Pas très glamour. Nous préférons le terme *love shop* ou, soyons fous, un sex-shop. Moins glamour aussi. Restons sur le *love* et accessoirement le *shop*. Belle transition, car c'est d'accessoires dont il s'agit. Il y en a pour tous les goûts (fraise, vanille...) et bien sûr pour toutes les bourses. Joëlle Cohen propose plus de 500 références de sextoys, d'accessoires de jeux érotiques, mais pas que ça. Vous trouverez mesdames, et messieurs, des lingeries fines et érotiques, des huiles de massage, d'amour, bref ce que vous voulez de coquin, du moment que vous vous faites plaisir.

## ■ LES VIGNERONS DU RAZÈS

22, route de Foix

④ 05 61 67 69 08

[lesvignerondurazes@vinadeis.com](mailto:lesvignerondurazes@vinadeis.com)

Ouvert du lundi au samedi de 10h à 20h.

Attention ! Les vigneron audois sont dans l'Ariège ! Et c'est une bonne nouvelle. Ces producteurs du Razès (220 viticulteurs) proposent ici, dans un local de 90 m<sup>2</sup>, une cinquantaine de références. Vous pourrez découvrir des vins médaillés, des Pays d'Oc IGP, mais également des AOP issus de la Malepère, du Minervois, du Cabardès, des Corbières... et même des champagnes ! On pourra, bien entendu, déguster quelques breuvages et bénéficier des conseils avisés (et pas avinés) de Marion et Stéphanie dont l'expérience dans la restauration sera mise ainsi à profit dans le choix du nectar que vous allez offrir à vos convives par exemple. Ah oui ! Il faut le rappeler à chaque fois, tout cela se déguste avec modération...



**Une Nouvelle  
FNAC EN ARIEGE !**



**Intermarché - Zone Pyréval  
09100 Pamiers**

**05 61 60 97 97**

## Dans les environs

### Montardit

#### ■ LE COMPTOIR

Baudet

① 05 61 02 90 74

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

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

Fermé du 1<sup>er</sup> décembre au 31 janvier. Basse saison : ouvert tous les jours le midi ; le vendredi et le samedi le soir. Haute saison : tous les jours le midi ; du jeudi au mardi le soir. Menu unique à 25 € (du vendredi soir au dimanche midi). Menu enfant : 9,50 €. Formule du midi : 14 € (sauf dimanche et jours fériés). Jardin. Terrasse. Animations. Golf 9 trous. Gros coup de cœur pour ce golf-restaurant ou restaurant-golf niché dans un îlot de nature et de paix, offrant un panorama magnifique sur les montagnes. On peut même croiser des lapins dans les toilettes et, par conséquent, un renard futé. Le restaurant n'est pas qu'un restaurant d'été ou un restaurant pour les golfeurs. Il tend à devenir un établissement de référence dans le secteur, grâce à la qualité de sa table, à son golf, mais également aux concerts du vendredi. Ici, tout est maison, même les parcours du golf de 9 trous. L'accueil de David Descoings est exceptionnel de gentillesse, d'écoute et d'attention. Gabriel Noblecourt et Sabrina Aouiche règnent en cuisine et proposent des plats subtils, aussi beaux que bons, souvent accompagnés d'une touche florale que l'on peut déguster.

### Rieucros

#### ■ PIZZA LA TORRA

2, rue Juliette-Giret

① 05 34 01 53 90

Ouvert toute l'année. Du mardi au dimanche le soir ; du mardi au samedi le midi.

David Iresh continue son expansion « pizzaière » ! Après La Torra, située à La Tour-du-Crieu, et la Pizza Royale à Pamiers, reprise avec sa mère Evelyne, voici notre chef d'entreprise restaurateur à la tête d'une nouvelle pizzeria dans le petit village de Rieucros. Emplacement idéal sur la route de Mirepoix, avec un grand parking, parfait pour les retours de week-end à la mer. Il suffit de téléphoner pour commander et on prend la pizza en passant. Simple et futé, non ? Au niveau du choix et de la qualité, on retrouve les mêmes et délicieuses pizzas que chez ses grandes sœurs. Bon vent, et régalaons-nous. Avanti !

#### ■ BOULANGERIE SOTTANA

17, rue Juliette-Giret

① 05 61 68 61 11

Ouvert du mercredi au lundi de 7h à 13h et de 16h à 19h30.

Nous ne sommes pas là pour pousser des coups de gueule de renard, mais nous avouons être de plus en plus déçus par la qualité des croissants, pains au raisin et autres chocolatines (pains au chocolat pour nos amis parisiens). Le Petit Futé n'est pas un spécialiste du croissant, mais il sait quand même apprécier quand ils sont bons. La boulangerie de Rieucros mérite qu'on s'y attarde dans ce guide tant les viennoiseries sont authentiques et ont le

goût de l'enfance. Par contre, elles n'en n'ont pas la taille, car elles sont maintenant trois fois plus grosses. Le maître boulanger et son épouse sont toujours très accueillants. Donc adresse futée, à recommander !

### Rieux-de-Pelleport

#### ■ CAMPING LES MIJEANNES\*\*\*

D311 – Route de Ferries

① 05 61 60 82 23

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

[lesmijeannes@orange.fr](mailto:lesmijeannes@orange.fr)

Sortie Varilhes (E7)



Ouvert toute l'année. Accueil de 8h à 20h en haute saison. Permanence téléphonique toute l'année. Terrain de 10 ha. Exposition : mi-ombragé. Sol : herbeux. Relief : plat. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 7,30 € à 10 €. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 3,70 € à 6 €. Mobil-homes sans sanitaire pour 4 personnes de 238 € à 420 € la semaine ; chalets de 406 € à 686 € ; mobil-homes pour 4 à 6 personnes de 385 € à 742 € ; mobil-homes pour 4 personnes de 371 € à 644 €. Chèque Vacances. Club enfants. Jeux pour enfants. Animaux acceptés (1,50 € par jour ; vaccination obligatoire). Aire pour camping-cars. Wifi gratuit. Animations. Excursions (canoë via des prestataires extérieurs).

Exceptionnel emplacement pour ce camping qui se situe sur une île, entre le canal et l'Ariège. Un havre de verdure et d'espace ! Philippe Barbe et son frère ont depuis 20 ans aménagé et fait de ce camping un des quatre en France ayant les emplacements totalement séparés par des plantations verdoyantes. Chaque clairière possède huit emplacements en cercle, tous séparés par de hautes haies privatives. Se cotoient ainsi, tentes, mobil homes et chalets. Le bloc sanitaire au centre est neuf et aéré. L'esprit reste familial, convivial et personnalisé. L'été, animations, karaoké, jeux d'eau, club enfants et aires de jeux. Impressionnantes terrains de foot, volley, parcours santé, VTT... Les ados ont aussi leur coin avec billard, ping-pong, etc. Le lieu est aussi le paradis des pêcheurs. Classé 3 étoiles aux nouvelles normes, les générations se suivent pour qui aime la nature et le calme. 4 campings et 1 complexe de gîtes pour vivre idéalement vos vacances ! Organisez votre séjour en Ariège sur [www.vacance-ariege-pyrenees.com](http://www.vacance-ariege-pyrenees.com) ou à la centrale de réservation au ① 05 61 60 09 09.

### Saint-Jean-du-Falga

#### ■ LE CLAIR DE SAINT JEAN

Avenue des Pyrénées

① 05 34 01 49 92



Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi de 12h à 14h15. Snack Sandwicherie ouvert de 10h à 19h. Ouvert le soir sur réservation. Menus de 16 € à 23 €. Menu enfant : 7,50 €. Formule du midi : 12,80 € (entrée + plat ou plat + dessert). Vin au verre. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Chaises bébé. Terrasse.



# Cave et Bar !



**350** Vins  
Bières    **200** Whiskies  
Spiritueux    Location de  
tireuse à bières

16, rue des Mille Hommes  
Saint-Jean-du-Falga (en face du L. Leclerc)

05 61 68 57 33 V and B Pamiers



Situé dans la galerie commerciale du magasin Leclerc, l'établissement n'a rien d'une cafétéria, car c'est un vrai restaurant dirigé par un vrai professionnel, Ramon Rodriguez qui officie dans le métier de bouche depuis 40 ans et qui a reçu le label de maître restaurateur. Son fils ne nous est pas inconnu, car on le retrouve du côté de la Table de la Ramade... La salle est très grande et très lumineuse et malgré sa taille pas du tout bruyante, voire même calme ; c'est assez surprenant vu le volume de la pièce, en rouge et noir (comme chanterait Jeanne) aux dominantes grises (la salle, pas Jeanne). Le pain est maison et la carte propose un grand choix de viandes et de poissons et les salades sont très copieuses. Les faisselles, fromages, charcuteries et vins sont issus de producteurs arriégeois. La cuisine est ouverte aux regards de tous. À déguster, le riz au lait de papy Raymond. Aux beaux jours, grande terrasse pour profiter du soleil.

## V&B

Face au Leclerc

6 a, rue des Mille-Hommes

05 61 68 57 33

[www.vandb.fr/magasin/pamiers](http://www.vandb.fr/magasin/pamiers)

pamiers@vandb.fr

Ouvert le lundi de 15h à 20h ; le mardi et le mercredi de 10h à 13h et de 15h à 20h ; le jeudi et le vendredi de 10h à 13h et de 15h à 21h ; le samedi de 10h à 20h30.

Vous aimez la bière belge ? Les malts écossais (whiskys pour les moins connaisseurs) ? Les japonais (les whiskys également, pas les sushis), les conseils avisés pour le choix

d'un vin, d'un rhum ? Le lieu qu'il vous faut a ouvert en septembre 2015 sous la direction de Fabien de Hoest qui vous une véritable passion pour le vin qui l'a amené à travailler dans des caves à vin du Sud-Ouest. Sa devise : « Être sérieux sans se prendre au sérieux ». Il est possible de faire quelques dégustations. La cave propose plus de 100 références de bières dont la fameuse cuvée des trolls, la célèbre Guiness irlandaise, la bière blonde des Flandres Rince Cochon, la blanche de Namur, la blanche de Bruxelles, la Kriek cerise... Les whiskies et les spiritueux sont présentés en vitrine, les vins en étagères et les bières dans des caisses façon brasseur. De sympathique coffrets multibières permettent de découvrir les productions originales de nos voisins belges. L'endroit est également un super bar à vin, à bière et plus si affinités dans l'esprit « after work » cher à nos amis anglais. Tous ces divins breuvages sont à consommer avec modération mais à acheter sans modération ! Pour se la jouer soirée bière à la maison, vous pourrez louer la tireuse idéale et le fût qui va bien !

## LA PATATERIE

26-28, rue Mille-Hommes

05 61 67 10 83

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



OUVERT toute l'année. Du lundi au vendredi de 12h à 14h et de 19h à 22h ; le week-end de 12h à 14h et de 19h à 23h. Menus de 10,50 € à 14,95 €. Menu enfant : 5,70 € (6,70 € le menu Presqu'grand). Formule du midi : 8,95 €. Terrasse. Climatisation, Wifi, animaux acceptés.

Qui n'aime pas les pommes de terre ? Ils sont rares et ce n'est pas grave, car ils mangeront autre chose, salades ou grillades. Dès la porte d'entrée on saisit le concept : ambiance champêtre et chaleureuse. L'accueil est souriant, décontracté et naturel – on se sent immédiatement à l'aise. Le décor est surprenant, façon brocante avec les objets de notre enfance celle de nos parents, mais sans la poussière. Les lampes au plafond sont des seaux en métal retournés. Ici les solanacées (nom scientifique de notre tubercule préféré) sont à la fête : au four (avec du boeuf, du poisson, aux trois fromages), en patata burgers, en gratin, en fondues, en frites... Tout est possible. Sept plats à moins très bon marché sont proposés et sont vraiment copieux. Nous avons donc ici un nouvel établissement pour tous les goûts et toutes les bourses, qui associe qualité et convivialité avec, en terrasse, une magnifique vue sur les Pyrénées. Une bonne adresse qui vous met la patate et en plus qui vous en sert !

### ■ AU PÈRE CANARD

**9, rue Jean-Armaing**

© 05 61 68 08 94

*Fermé en août et du 24 décembre au 1<sup>er</sup> janvier. Ouvert du lundi au samedi le midi (dernier service à 14h) ; le vendredi et le samedi le soir (dernier service à 22h). Menus de 20 € à 32 €. Formule : 13 € (buffet de hors d'œuvre à volonté, plat, dessert, café et vin compris). Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse. Salle climatisée.*

Voilà une adresse comme on les aime : sympa, bon et d'un rapport qualité prix indiscutable ! C'est la rencontre de Maître Canard et Maître Renard. Contrairement à la Fable de La Fontaine, nous ne le flatterons pas inutilement. Notre ramage sera particulièrement mélodieux concernant ce restaurant (qui est aussi traiteur et qui propose des plats à emporter). La salle est grande, décorée avec goût, lumineuse et chaleureuse. Elle est spécialement dédiée à la formule du midi. Une desserte originale est surplombée d'un véritable toit à tuiles et chenaux. Une deuxième salle plus intime est réservée aux menus et carte. Dans l'assiette, la qualité et le choix sont au rendez-vous. Vous débutez par le buffet de hors d'œuvre : charcuteries diverses, rôti de porc, feuilletés, salades... En plat principal, une cuisine traditionnelle et variée (paupiettes aux lentilles, cuisse de canard confite...) Certains desserts sont faits maison. Si vous choisissez un menu, vous dégusterez les spécialités du chef, telles le filet de canette aux pêches et son jus de rôti ou les originales côtelettes de canard sauce girolles. Maître Renard s'en lèche encore les babines.

## Saint-Michel

### ■ PARC ANIMALIER

© 05 61 67 00 28

**www.parc-animalier-ariege.com  
info@parc-animalier-ariege.com**

*Fermé du 1<sup>er</sup> décembre au 31 janvier. Basse saison : ouvert du mardi au dimanche et les jours fériés de 11h à 17h30 (dernière visite à 16h). Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 10h à 20h30 (dernière visite à 19h).*

*Adulte : 7,50 €. Enfant (de 2 à 14 ans) : 6 €. Etudiants et retraités : 7 €. Tarifs spéciaux pour les groupes. Chèque Vacances. Chaussures appropriées recommandées.*

Un parc de 17 hectares pour flâner sur un sentier forestier d'environ 2 km, et découvrir plus de 300 animaux du monde entier, dont certains assez rares, comme le yack du Tibet ou le loup de Saarloos... Des panneaux explicatifs vous diront tout sur les animaux rencontrés, dromadaires, chevaux, Palamino, chinchillas, paons bleus, lapins nains et géants, sans parler des chèvres, des poules d'ornements... Ce même sentier vous montrera aussi les différentes espèces arboricoles et vous fera traverser le bois des contes où des marionnettes raconteront un univers fantastique propice aux rêves et aux découvertes multiples.

Vous croiserez forcément un nain de la forêt, des masques et des figurines sculptées à partir de racines d'arbres. Ce parc est adhérent à l'organisation européenne SAVE (Sauvegarde pour l'Agriculture des Variétés d'Europe) comme station de sauvegarde. Pause grillade possible dans le village indien. Naissances régulières chez les oiseaux et les mammifères.

## La Tour-du-Crieu

### ■ LE CHALET DES DÉGUSTATIONS

**10, Lotissement la Palanque**

© 07 69 24 63 39

**http://fromagerie09100.business.site**

*Ouvert du mardi au samedi de 9h à 21h. Menu unique à 18 € (menu raclette à volonté). Formule du midi : 7 € (sandwich raclette + boisson). Boutique.*

Bienvenue à la montagne en Basse-Ariège. Magasin en bois, nappe à carreaux sur les tables, nous voilà réunis dans un véritable bistro de montagne. Patricia et Benjamin, en plus de leur activité sur les marchés locaux, sont de véritables spécialistes, connaisseurs et passionnés de bonnes choses en général et du fromage en particulier. Vous dégusterez ou achèterez des délices issus de producteurs locaux et sélectionnés pour leur qualité. Buffet de charcuterie, raclettes, fondues, foie gras... et bar à salades en été. Un véritable chalet de dégustation et une adresse très futée.

### ■ PIZZA LA TORRA

**Rue du 8-Mai-1945**

© 05 61 68 07 72

*Ouvert toute l'année. Du mardi au dimanche le soir ; du mardi au samedi le midi.*

La pizzeria a ouvert ses portes il y a 6 ans et s'est depuis forgée une belle réputation dans la région grâce à la qualité de ses pizzas et au fait qu'elles sont très copieuses. Nos préférences iront vers l'Ariégeoise, l'Antillaise ou encore, quand on connaît l'appétit du renard, vers la Torra (très garnie, pour bon mangeur). Pour les douceurs, on se régalerà de la pizza au chocolat et à l'ananas. David et son équipe vous accueillent toujours tout sourire, avec une excellente gestion du timing et finalement peu d'attente.

Attention ! La maison travaille avec beaucoup de clubs sportifs et d'associations donc le week-end, il est préférable de commander tôt.

## Varilhes

Varilhes est un chef-lieu de canton de 2 793 habitants situé à 350 mètres d'altitude. L'agglomération la plus ancienne semble située à l'emplacement de l'église de Vals. Mais c'est autour du château fort (entre l'Ariège et la route nationale dans le vieux bourg actuel) que se développe la ville.

Lors de la croisade des Albigeois, le château de Varilhes est abandonné puis brûlé par ses défenseurs et occupé par les troupes de Simon de Monfort (1211). Actuellement ce petit coin charmant propose à la fois tous les services et les commerces nécessaires ainsi que des activités telles que la pêche, boulodrome, karting. Un camping et une piscine.

### ■ CENTRE D'HISTOIRE DE LA RÉSISTANCE ET DE LA DÉPORTATION EN ARIÈGE

**18, avenue des Pyrénées (à côté de la gare)**

© 05 61 69 02 60

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

Ouvert toute l'année. Basse saison : du lundi au mercredi, le vendredi et le samedi de 10h à 12h et de 13h30 à 17h30 ; le jeudi de 10h30 à 12h et de 13h30 à 17h30. Haute saison : du lundi au samedi de 10h à 12h30 et de 14h à 18h. Hors saison ouvert le samedi de 10h à 12h pendant les vacances scolaires de la zone C uniquement). Gratuit. CB et chèques non acceptés.

Ce musée fait revivre une époque douloureuse de notre histoire, celle de la Seconde Guerre mondiale, vue à travers les horreurs de la déportation. Des maquettes, des photos de très nombreux déportés ariégeois, des objets provenant des camps, des tenues de déportés, des articles de presse... Une riche bibliothèque renferme des ouvrages exclusivement consacrés à la déportation. Ce lieu est fréquenté par les élèves des écoles et des collèges car la vérité et la force des témoignages exposés valent toutes les leçons d'histoire. Les étudiants en herbe peuvent aussi consulter des documents d'époque. Ils ont la possibilité, de regarder des vidéos sur ce même sujet. Une visite pour ne pas oublier que l'être humain peut sombrer dans la folie la plus criminelle et que les guerres et leur cortège d'atrocités ont profondément meurtri l'Ariège.

### ■ AUBERGE DU LAPIN BLANC

**13, avenue de Foix**

© 09 73 25 74 73



Ouvert tous les jours le midi de 12h à 13h30 et le soir de 19h à 21h30. Formule du midi : 13 €. Accueil des groupes. « En retard, toujours en retard », c'est ce que répète sans cesse le lapin blanc dans les aventures d'Alice au Pays des Merveilles de Lewis Carroll. Dans ce nouvel établissement, point de retard mais un amour de la lecture et des rêves. Une bibliothèque de livres voyageurs invite au partage et au mur des machines volantes, dont celle du voyage en ballon de Jules Verne, la montgolfière des frères du même nom, des dirigeables, des zeppelins et même la machine à voyager dans le temps de H.G Wells. Un chapeau melon est accroché au porte-chapeaux, des malles et valises attendent le départ. Ces voyages

poétiques sont accompagnés de voyages gastronomiques puisque Jean-Paul Mari est en cuisine, aidé de son épouse en salle. Elle vient du Tarn et a travaillé dans la restauration lors de ses voyages. Le chef a toujours été dans le métier, depuis tout petit. Renard s'est régale au menu du midi d'une aile de raie à la grenobloise avec de succulentes câpres. La carte propose une cuisine régionale réalisée avec soin et à base de produits locaux. Nous souhaitons un long voyage en Ariège à ce lapin blanc. Pour l'anecdote et dans cette région de Varilhes, chargée d'histoire, on raconte que pendant la Deuxième Guerre mondiale, « lapin blanc » était le nom de code d'un agent double, une sorte de Mata Hari ariégeoise.

## Le Vernet

### ■ MUSÉE ET CAMP DE CONCENTRATION DU VERNET D'ARIÈGE

© 05 61 68 36 43

[www.campduvernet.eu](http://www.campduvernet.eu)

[amicale@campduvernet.eu](mailto:amicale@campduvernet.eu)

Accès au parvis de l'ancienne gare, au wagon (extérieur), au cimetière et au parc paysager libre. Le wagon est fermé : pour y pénétrer il faut être accompagné par un membre de l'Amicale. Entrée du musée gratuite. Visite guidée (contacter la mairie au 05 61 68 36 43). Boutique. Visite du musée le lundi, le mardi, le jeudi et le vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h ; le mercredi de 8h30 à 12h : prévenir de sa venue est recommandé. Gratuit. Le Mémorial du Camp d'Internement du Vernet-d'Ariège rappelle l'existence d'un camp de concentration de réfugiés espagnols de février à septembre 1939, transformé en camp d'internement répressif et à partir de 1942 en camp de déportation de Juifs. Les bâtiments du camp n'existent plus seuls subsistent le château et les poteaux marquant l'entrée du camp, ainsi que les baraquas des gardes. Il est situé, à mi-chemin entre Pamiers et Saverdun et peut se visiter librement, toute l'année.

## Verniolle

### ■ CHÂTEAU DE FICHES

D10

**Route de Saint-Félix-de-Rieuort**

© 05 61 02 87 49 / 06 70 07 35 83

[chateaufiches.blogspot.fr](http://chateaufiches.blogspot.fr)

[chateaufiches@aol.com](mailto:chateaufiches@aol.com)

Ouvert toute l'année. Basse saison : le dimanche et les jours fériés de 14h à 18h. Haute saison : du mardi au jeudi, le dimanche et les jours fériés de 14h à 18h. Adulte : 5 €. Groupe (10 personnes) : 4 €.

Cette grande bâtisse du XVI<sup>e</sup> siècle, située à 1,5 km de Verniolle abrite une merveille. En effet, un magnifique bestiaire daté de la fin du XVI<sup>e</sup> siècle se déroule sur les plafonds peints : lion, éléphant, chameau, singe et même une sirène se succèdent sur les panneaux. La cuisine intacte depuis quelques siècles a gardé tout son charme et le temps semble s'y être arrêté. Une promenade où douceur, charme et nostalgie se mêlent : à ne pas manquer. Expositions temporaires.

**Le Cosi Fan Tutte**

RISTORANTE PIZZA au Feu de Bois

2 place de l'hotel de ville  
09340 Verniolle

Ouverte depuis juin 2018, cette nouvelle adresse au nom de l'opéra de Mozart est menée de main de maître par David Seral, bien connu des futés pour sa célèbre Pizzeria du château à Foix. Il ouvre désormais ce restaurant, dans un nouveau décor plutôt cosy et très actuel avec une grande terrasse qui donne sur la place de l'église. En cuisine, Patty son associée est aux commandes et travaille avec des producteurs locaux (le canard de Lemasson, les charcuteries de chez Cazaux...). La carte est courte mais propose des plats très élaborés. On dégusterà un délicieux foie gras au chutney de pommes, un tendre et fondant agneau de lait... La carte sera renouvelée à chaque saison. Par exemple l'hiver sera plus traditionnel avec la tête de veau, ou un pot-au-feu. Bien sûr, le restaurant propose également des pizzas, basées sur les recettes de Foix dont la fameuse Guiseppe.

#### ■ FOOD ATTITUDE

© 05 32 39 10 39

NOUVEAU

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 17h. Menu enfant : 6 €. Formule du midi : 12,80 €. Chèque Restaurant. Terrasse. Wifi. Très grand parking.

Nouvel établissement dans la zone commerciale de Verniolle, attenant au Super U. L'endroit était occupé auparavant par une cafétéria mais ne vous méprenez pas, l'esprit a complètement changé pour une brasserie très sympa. En entrant on choisit son entrée et son dessert parmi les trois proposés, et à la caisse on commande boissons et plats chauds et on va s'installer. Le service se fera à table par une équipe jeune, dynamique et très professionnelle. Au choix un plat du jour ou un steak haché avec ou sans sauce au choix (madère, poivre ou roquefort) avec légumes ou frites 100 % maison. Des pizzas cuites sur place sont également proposées. On peut avoir une vue sur les Pyrénées si l'on s'assoit près de la baie vitrée. Adresse agréable pour une halte entre Foix et Pamiers. Facilités pour se garer.

**LE COSI FAN TUTTE**  
2, place de l'Hôtel-de-Ville  
© 05 61 68 88 89

NOUVEAU

Ouvert toute l'année. Du mardi au dimanche. Menu unique à 14,50 €. Carte : 22 € environ. Plat du jour : 10 €. Terrasse.

## RIMONT

Fondée en 1273, cette bastide fut entièrement rebâtie après l'incendie qu'allumèrent les Allemands le 21 août 1944. Rimont fut détruit par les flammes d'une colonne ennemie qui tentait d'échapper à l'eau des armées débarquées le 15 août en Provence et de la Résistance intérieure. Le village, plusieurs fermes et hameaux sont incendiés en quasi-totalité : 236 immeubles détruits dont 152 maisons d'habitation. Au cours de ces deux journées, 13 civils et une douzaine de maquisards périrent.

### Points d'intérêt

#### ■ ABBAYE DE COMBELONGUE

© 06 07 99 35 82

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

[abbayedecombelongue@orange.fr](mailto:abbayedecombelongue@orange.fr)

Fermé d'octobre à juin. Haute saison : ouvert tous les jours de 15h à 18h. Gratuit jusqu'à 7 ans. Adulte : 3,50 €. Enfant



(jusqu'à 15 ans) : 2,50 €. Sur place, une chambre d'hôte : 60 € la nuit. Visite guidée de l'abbaye, visite libre des jardins. L'abbaye de Combelongue est une des rares abbayes prémontrées du Midi. Fondée en 1138 par le comte de Pallars, elle aurait accueilli le roi Louis VII en 1154, sur la route de Saint-Jacques-de-Compostelle. Abbaye riche et prospère jusqu'au XIV<sup>e</sup> siècle, elle compte une centaine de religieux. A partir de 1446, une longue série d'épreuves entraîne son déclin : guerre de Cent Ans, peste noire, guerres de Religion. A la Révolution, l'abbaye est pillée et incendiée. Dans le contexte ariégeois, l'abbaye de Combelongue présente de nombreuses particularités : construite entièrement en brique dans une région où la pierre abonde, elle mélange, dans ce matériau inhabituel, un décor du premier art roman avec des formes qui rappellent l'Espagne. L'abbaye accueille toujours des concerts mais aussi, depuis deux ans, des stages de musique et de chant, des résidences d'artistes, des enregistrements.

## ■ MOULIN DE COMBELONGUE

© 05 61 96 31 38 / 06 30 15 35 74

<http://ariego.free.fr/moulin.htm>

Fermé du 1<sup>er</sup> juillet au 31 août. Téléphoner pour s'assurer de l'ouverture. Haute saison : ouvert tous les jours de 15h à 18h45. Le reste de l'année sur rendez-vous. Groupes à partir de 20 personnes, consulter Monsieur Duval.

Situé près de l'abbaye Saint-Laurent, le moulin de Combelongue est un site molinologique et pédagogique. Il est un véritable musée de la meunerie avec deux paires de meules fonctionnant par la force de l'eau. Il n'avait plus tourné depuis 1910 mais il a retrouvé une seconde vie grâce à la persévérance et au courage d'André Duval qui a durement travaillé pour ressusciter ce lieu chargé d'histoire, sans autres aides que son enthousiasme et sa farouche volonté. Il a été ouvert en 1997, après 15 ans de restauration. Ce moulin à eau, vieux de sept siècles, n'a d'intacts que les deux meules et le châssis. Toutes les autres pièces ont été copiées sur les morceaux restants. C'est le seul moulin de France où l'on peut accéder au sous-sol. Une visite originale, à deux pas de la fameuse abbaye de Combelongue, pour un vrai moment de plaisir à écouter M. Duval parler de sa passion pour la meunerie. Il vous parlera aussi d'une impressionnante collection de pots à farine, unique en Europe. Ce meunier-là ne dort pas !

## Emplettes

### ■ ALAIN SERVAT DISTILLATEUR

Place du 8 Mai

© 05 61 96 33 23 / 06 75 11 24 16

[www.distillerie-servat.com](http://www.distillerie-servat.com)

[servatdistillateur@orange.fr](mailto:servatdistillateur@orange.fr)

Contactez par mail ou téléphone pour connaître les tarifs. Expédition possible. Boutique ouverte du mardi au samedi de 7h à 19h et le dimanche après-midi, de Mars à Septembre et du 15 Décembre au 10 Janvier.

Reconversion réussie pour Alain Servat, ancien restaurateur qui a créé sa propre distillerie d'eau-de-vie il y a 5 ans. Cet artisan distillateur, issu de quatre générations de « bouilleurs ambulants », pratique son métier avec passion et vend ses eaux de vie de fruits en France. Il y en a pour tous les goûts : poire, cidre, abricot, prune/orange, myrtilles, fraises...

Sa jolie boutique Au coin de l'Alambic, dans le village de Rimont, propose les précieux breuvages aux jolies étiquettes évocatrices et regorge de produits régionaux. Unique sur la chaîne des Pyrénées où les distillateurs d'eau de vie sont rares, Alain Servat se targue d'avoir eu les honneurs de TF1, qui a diffusé un reportage sur son savoir-faire hors du commun en Novembre 2015. Sur place, vous aurez la possibilité de constituer vos propres coffrets pour des cadeaux insolites et délicieux à compléter avec des produits Ariégeois.

### ■ LE GRENIER À JAMBONS

Route de Combelongue

© 05 61 96 32 79

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

Ouvert du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 19h30. Présent sur le marché de Saint-Girons les samedis matin de 7h à 13h.

Si le cochon ne fait pas partie de votre alimentation, passez votre chemin car ici, on aime le porc. On l'aime au point de le manger, de le déguster et de le faire venir (que les Ariégeois expliquent aux autres). L'élevage est situé au sein du parc naturel et ici, tout est fait pour privilégier la qualité de la viande. Les cochons sont élevés sur un lit de paille et nourris aux céréales sans OGM. L'environnement est sain, propre, et Sophie et Jean Nocque savent transmettre leur passion et leur savoir-faire dans la réalisation de plats cuisinés, de viandes fraîches et de charcuteries traditionnelles. Tout est bon dans le cochon ? Assurément, oui. Tous les samedis matin, il est possible de retrouver notre charcutier sur le marché de Saint-Girons.



Vue générale de Rimont.

PARCE QUE VOUS ÊTES  
**UNIQUE ...**

... VOUS RÉVIEZ D'UN GUIDE  
**SUR MESURE**



JE CHOISIS MON ITINÉRAIRE N'IMPORTE  
OÙ EN FRANCE OU DANS LE MONDE



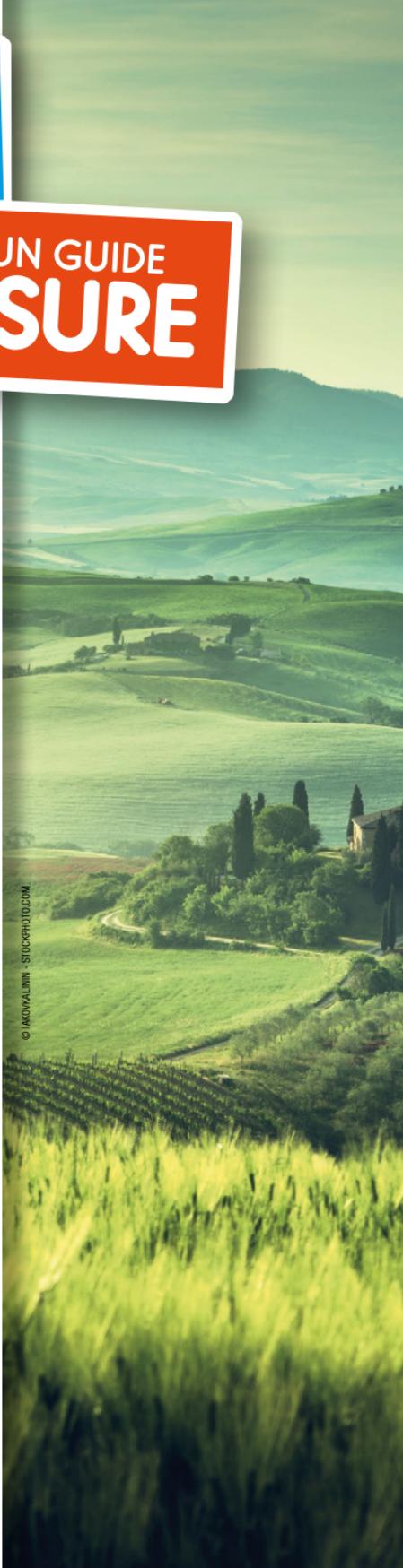
JE SÉLECTIONNE LES CATÉGORIES QUI  
M'INTÉRESSENT ET MON NIVEAU DE PRIX. BUDGET  
SERRÉ OU VERSION LUXE, IL Y A DES BONS PLANS  
POUR TOUS LES VOYAGEURS



JE PEUX AJOUTER LES PHOTOS, LES CARTES  
ET LES PARTIES DÉCOUVERTE POUR EN SAVOIR  
PLUS SUR MA DESTINATION



JE PERSONNALISE MA COUVERTURE AVEC  
MON TITRE, MA PHOTO, MA DÉDICACE



JE REÇOIS LA VERSION  
NUMÉRIQUE DU GUIDE  
TOUT DE SUITE ET LA VERSION  
PAPIER EN QUELQUES JOURS.  
ME VOICI PRÊT À PARTIR AVEC  
**MON GUIDE SUR MESURE**  
**PETIT FUTÉ !**



**mypetitfute**  
mon guide sur mesure

[mypetitfute.com](http://mypetitfute.com)

# SAINTE-CROIX-VOLVESTRE

Soyez les bienvenus dans la commune des Cruxéens. Kézako ? C'est le gentillet des habitants de Sainte-Croix-Volvestre, charmant village de 700 habitants proche de la frontière entre l'Ariège et la Haute Garonne mais bénéficiant des avantages du Parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises.

## Points d'intérêt

### ■ MUSÉE DES ARTS ET TRADITIONS POPULAIRES

**Ancienne gendarmerie**

**Route de Cazères** ☎ 05 61 04 60 55

Ouvert du lundi au vendredi de septembre à juin, et du lundi au samedi, et dimanche matin en juillet et août. Ouverture pour les groupes avec visite guidée sur demande. 2 € par personne. Se rendre à l'office de tourisme pour l'achat des billets d'entrée.

La vie quotidienne dans le Volvestre de la fin du XIX<sup>e</sup> au début du XX<sup>e</sup> siècle est évoquée à travers de nombreux objets exposés. Vous découvrirez des métiers aujourd'hui disparus et particulièrement des maîtres verriers souffleurs de verre. La collection Arts et Traditions comprend cinq salles d'exposition (XIX<sup>e</sup> siècle) : costumes, objets quotidiens de la vie domestique, les métiers disparus, l'école, le patrimoine culturel, les gentilshommes verriers, vitrine de verres soufflés, 1530-1850. Reconstitutions d'une cuisine, d'une chambre à coucher.

### ■ Dans les environs

#### Fabas

Il faut voir, au centre du village, une magnifique halle du XII<sup>e</sup> siècle, supportée par douze piliers de pierre.

L'église, datant des XIII<sup>e</sup> et XIV<sup>e</sup> siècles, se fait remarquer par son clocher-mur.

### ■ EQUILOISIRS

**Laffite**

☎ 05 61 96 41 32

[www.ariege.com/equiloisirs](http://www.ariege.com/equiloisirs)

[bohinnathalie@wanadoo.fr](mailto:bohinnathalie@wanadoo.fr)

Ouvert toute l'année. Se renseigner selon les activités par téléphone. Tarifs : promenade à 25 €/1h30, 30 €/2 heures. Forfait initiation 10h : 225 €, demi-journée : 38 €, journée entière (pique-nique offert) : 65 € à 78 €. Possibilités de randonnées sur plusieurs jours. CB non acceptée. Camping à la ferme et gîte rural.

Nathalie Bohin, accompagnatrice et guide de tourisme équestre, et François Meyer vous accueillent dans leur ferme-centre équestre pour mieux assouvir votre passion du cheval. Ils élèvent eux-mêmes les pur-sang arabes, les chevaux castillonnais et les poneys landais qu'ils mettent à votre disposition. Que vous soyiez adulte débutant ou enfant confirmé (ou le contraire !), Equiloisirs aura la formule qui correspond à votre niveau. Partez à la découverte des superbes paysages du Volvestre et des environs, sur le dos de « la plus belle conquête de l'homme ». Des promenades à thèmes vous emmènent de 1h30 à la journée pour admirer la chaîne des Pyrénées sur le sentier des crêtes, parcourir l'histoire sur le sentier de verriers, toujours l'oeil aux aguets pour découvrir traces et empreintes d'animaux sauvages, surprendre un chevreuil filant à travers bois et s'étonner d'une flore aussi variée. La ferme possède, en outre, six emplacements de camping pour mieux prolonger votre immersion en milieu équestre ainsi qu'un gîte rural d'une capacité d'accueil de 8 personnes.

## Tourisme Couserans Pyrénées

L'office de tourisme Couserans Pyrénées de Saint-Girons regroupe désormais les offices de tourisme de Massat, La Bastide-de-Sérou, Sainte-Croix-Volvestre, Saint-Lizier, Castillon-en-Couserans, Seix, Oust et Guzet.

### ■ OFFICE DE TOURISME COUSERANS PYRÉNÉES

**Place Alphonse-Sentein**

☎ 05 61 96 26 60 / 05 61 96 77 77

[www.tourisme-stgirons-stlizier.fr](http://www.tourisme-stgirons-stlizier.fr)

Basse saison : ouvert le lundi et du mercredi au vendredi de 10h à 12h et de 14h à 18h ; le mardi de 14h à 18h ; le samedi de 10h à 13h et de 15h à 18h. Haute saison : du lundi au samedi de 9h30 à 13h et de 14h à 19h ; le dimanche et les jours fériés de 10h à 13h.

Un grand nombre de publications sont à votre disposition pour trouver hébergements, commerces, calendrier des manifestations, animations culturelles et sportives, stages artisanaux et itinéraires de son patrimoine au riche passé : vestiges gallo-romains, chapelles romanes, folklore...

Les sites d'informations du Couserans Pyrénées :

Seix : [seix@tourisme-couserans-pyrenees.com](mailto:seix@tourisme-couserans-pyrenees.com) Guzet : [guzet@tourisme-couserans-pyrenees.com](mailto:guzet@tourisme-couserans-pyrenees.com) La Bastide-de-Sérou : [labastidedeserou@tourisme-couserans-pyrenees.com](mailto:labastidedeserou@tourisme-couserans-pyrenees.com) Sainte-Croix-Volvestre : [sainte-croix@tourisme-couserans-pyrenees.com](mailto:sainte-croix@tourisme-couserans-pyrenees.com) Saint-Lizier : [saint-lizier@tourisme-couserans-pyrenees.com](mailto:saint-lizier@tourisme-couserans-pyrenees.com) Massat : [massat@tourisme-couserans-pyrenees.com](mailto:massat@tourisme-couserans-pyrenees.com) Castillon-en-Couserans : [castillon@tourisme-couserans-pyrenees.com](mailto:castillon@tourisme-couserans-pyrenees.com)

# SAINT-GIRONS



Capitale du Couserans, Saint-Girons est située au centre d'une remarquable région composée de 18 vallées, tout au long desquelles on peut découvrir une nature verdoyante parsemée de ruisseaux, de torrents qui font le bonheur des promeneurs et où les pêcheurs peuvent tout à loisir taquiner la truite. La ville se veut une cité dynamique associant un commerce actif, des industries, des sports tels que le kayak, la randonnée, le parapente ou le ski, et des sites culturels. Saint-Girons et le Couserans vivent aussi de petites et moyennes entreprises, telles des papeteries, fromageries, entreprises du bâtiment, carrières... C'est aussi une région au sous-sol riche : actuellement, des chercheurs d'or font de l'orpaillage près des cours d'eau, et proposent des stages. Et surtout, ne manquez pas le fameux marché du samedi matin, labellisé « Marché de France ».

## Points d'intérêt

### ■ MAISON DU CHEMIN DE LA LIBERTÉ

**Place Alphonse-Sentein**

© 05 61 66 35 68 / 05 61 66 15 05

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

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

Ouvert toute l'année. Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h et de 13h30 à 17h30.

Adossé à l'ancienne gare, le musée a pour principal but la préservation de la paix en montrant aux jeunes générations et aux plus anciennes les réalités de la guerre afin qu'elles puissent se rendre compte des horreurs et des malheurs humains. Les Pyrénées ont été une grande voie de passage vers cette liberté tellement chérie. 33 000 personnes ont traversé la chaîne très souvent salvatrice. La maison propose une riche exposition au rez-de-chaussée et une importante banque de données permettant d'effectuer des recherches très approfondies.

## Le couvert

### ■ LE BOUCHON

**4, place des Poilus**

© 05 61 96 00 18



Fermé du 1<sup>er</sup> au 15 octobre. Basse saison : ouvert du lundi au samedi le midi. Haute saison : tous les jours le midi et le soir. Menus de 11,50 € à 19 €. Menu enfant : 9 €. Plat du jour : 9,50 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant, Terrasse.

Vous connaissez la plus belle terrasse au cœur de Saint-Girons ? C'est ici ! Sous le soleil, loin des voitures et face à une bouquinerie (à visiter impérativement après le déjeuner, et regardez le plafond). Grande salle de restaurant à l'intérieur, un bar des plus classiques et de beaux tableaux exposés aux murs. Une véranda, toute en longueur, endroit idéal pour goûter aux rayons de soleil de l'hiver. L'accueil est décontracté et très sympa. Une sculpture d'une vache en bois trône à l'entrée. La carte

réserve de belles surprises, on est loin des classiques magrets de canard et autres cassoulets. Bien sûr, on peut manger des salades composées, aux légumes grillés, à la truite, écrevisses et saumon fumé ou encore la montagnarde au jambon de montagne et surtout la morue à l'ariégeoise et la queue de bœuf à la Brouche. Clin d'œil pour les gourmands, les desserts sont copieux, grande assiette, grande cuillère !

### ■ HÔTEL EYCHENNE

**8, avenue Paul-Laffont**

© 05 61 04 04 50

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

[hotel-eychenne@wanadoo.fr](mailto:hotel-eychenne@wanadoo.fr)

Fermé du 1<sup>er</sup> décembre au 1<sup>er</sup> mars. Ouvert du samedi au jeudi le soir de 19h30 à 21h ; le week-end le midi. Menus de 29,50 € à 45 €. Formule du midi : 15 €. Accueil des groupes. Jardin, Terrasse.

Ce lieu représente tout un art de vivre et est à lui seul une véritable institution ariégeoise. La décoration coquette vous rappelle les anciennes maisons familiales et ce charme d'autan qui crée une atmosphère propice aux dîners romantiques. Les meubles anciens patinés s'harmonisent parfaitement avec le cristal, l'argenterie et les compositions florales. Jean-Marc Granger œuvre en cuisine et l'équipe ne travaille que des produits frais et locaux. Vous vous régalez d'un excellent foie gras au naturel ou redécouvrez des plats traditionnels et gastronomiques comme la tête de veau, les ris d'agneau persillés ou aux morilles ainsi qu'un original gigot de lotte safrané. En été le service peut se faire en terrasse dans un très beau jardin fleuri et ombragé.

### ■ L'AUBERGE D'ANTAN

**Avenue de la Résistance**

© 05 61 64 11 02

[contact@chateaubeauregard.net](mailto:contact@chateaubeauregard.net)

Ouvert toute l'année. Du mardi au samedi le soir de 19h30 à 21h30 ; du mardi au vendredi et le dimanche le midi de 12h à 13h30. Menus de 30 € à 54 €. Menu enfant : 13 €. Formule du midi : 15 € (en semaine à midi). Accueil des groupes.

L'établissement porte bien son nom. C'est une véritable machine à voyager dans le temps au cœur de la Gascogne qui nous a conduits au cœur de l'œuvre d'Alexandre Dumas. On s'attend à voir surgir D'Artagnan, suspendu à la corde du lustre majestueux qui décore le plafond de cette immense grange. Le menu débute par une garbure, tirée directement du chaudron qui mijote dans la cheminée, à côté des palombes qui rôtissent lentement. Du four à pain sortent des gratins fumants. La décoration est authentique avec ses tresses d'ail, ses jambons suspendus, ses vieilles bonbonnes. Le service est impeccable, de rouge vêtu et d'un professionnalisme exemplaire. Dans le rôle de l'aubergiste, Yannick Bartet, dans le rôle du chef, Laurent Bubola. Dans le choix des desserts, attardez-vous sur la « fameuse crème au chocolat ». Nos babines s'en souviennent encore. Un pour tous, tous à l'Auberge ! Terrasse majestueuse, aux parfums des glycines et arbustes fleuris.

### ■ L'OUSTALET

**6, rue Jules-Desbiaux**

© 05 61 66 57 24

*Basse saison : ouvert du mardi au samedi. Haute saison : du lundi au samedi. Menus de 7 € à 15 €. Vente à emporter. Pas de chiens.*

Voilà une bien charmante pizzeria dans le centre de Saint Girons. L'entrée est étroite et on semble pénétrer dans une sorte de grotte aux murs blancs. La salle est toute petite et on demandera à la patronne si l'on peut s'asseoir près des fenêtres aux rideaux vichy bleu. Non pas pour s'échapper, encore faut-il savoir nager, mais pour profiter de la très belle vue sur la rivière, le Salat. Au menu, pizzas, salades copieuses, lasagnes, spaghetti ou raviolis, entrecôte pour les viandes et un délicieux osso buco. Les pizzas sont de qualité et le service agréable, tout en sourire. Possibilité de commander les pizzas à emporter.

### ■ LA ROTONDE

**28, avenue de la Résistance**

© 05 34 14 01 40

[www.hotel-ariege-pyrenees.com](http://www.hotel-ariege-pyrenees.com)

[la.rotonde.09@wanadoo.fr](mailto:la.rotonde.09@wanadoo.fr)

*Ouvert toute l'année. Du jeudi au mardi le soir ; du dimanche au vendredi le midi. Menus de 18 € à 20 €. Menu enfant : 12 €. Formule du midi : 13 € (plat du jour 8 €). 10 chambres de 39 € à 85 €. Petit déjeuner : 6 €. Odile et Jack et leur équipe sont aux manettes de ce restaurant situé sur la route des stations. Le chef prépare des spécialités bien travaillées dont le foie gras maison et sa confiture d'oignons.*

Il propose également des desserts personnalisés à la demande pour l'anniversaire de mamie ou le club de sport du coin. L'ambiance y est familiale.

Côté décoration, on dine dans une salle claire et lumineuse grâce aux poutres cérusées crème, côté nappage, odile aime changer au fil des saisons. De grandes ouvertures sur les terrasses, d'été verdoyante ou d'hiver fermée et chauffée.. A l'entrée un petit salon rouge et noir invite à la détente. L'hôtel est aussi de style contemporain. Terrasse, en été avec vue sur la vallée en direction de Seix. Le solarium de l'hôtel est à disposition des clients. L'établissement propose des chambres très sympathiques. Salons privés pour déjeuner ou salle de séminaires sont à disposition (possibilité vidéo projecteur).

### ■ LE SAINT-GI

**14, rue du Pujol**

© 05 61 04 99 13

[lesaint-gi@live.fr](mailto:lesaint-gi@live.fr)

*Basse saison : ouvert du jeudi au lundi de 12h à 14h et de 19h à 21h30. Haute saison : du mercredi au lundi le soir de 19h à 21h30 ; du jeudi au mardi le midi de 12h à 14h. Formule du midi : 13 €. Terrasse.*

Situé dans une petite rue du centre de Saint-Girons, le restaurant fleure bon l'authenticité et un certain côté traditionnel. Le cadre est agréable avec un bar central circulaire qui trône à l'entrée, les murs sont jaune et rouge, un poêle chauffe la pièce. Les tables en bois donnent un côté rustique qui accentue le bien-être ressenti. L'établissement propose un menu le midi et une carte le soir. Le déjeuner commence toujours par

une assiette de soupe avant l'entrée, le plat principal et le dessert apportant à l'ensemble un excellent rapport qualité-prix. Mathieu officie dans la cuisine ouverte pendant qu'en salle le service est efficace et rapide. La carte est alléchante et on se régalerà d'un pigeon à la plancha, de viandes diverses telles le canard, le veau aux morilles, le tournedos Rossini de bœuf, l'agneau du pays, le foie gras, le pied de cochon... Mais un grand choix de poissons est également proposé (cabillaud, tourtière de lotte, Saint-Jacques et gambas). Adresse futée !

### ■ LA TABLE DE L'OURS

**Palétès**

© 05 61 66 10 31

*Ouvert toute l'année. Fermeture annuelle décembre et janvier. Du jeudi au mardi de 12h à 14h et de 19h30 à 22h. Menus de 13,50 € à 35 €. Formule du midi : 10,80 € (plat du jour 9,80 €). Os à moelle + foie gras poêlé : 21 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant.*

Ce restaurant fait partie d'un complexe de loisirs, le Parc de Palétès, regroupant une multitude d'atelots notamment plusieurs salles de banquets de 15 à 180 personnes, ainsi qu'une terrasse panoramique exceptionnelle de 170 places mais encore sa piscine, son tennis et ses nombreuses possibilités d'hébergement en toute saison. Aux commandes, le Chat, bien connu des Ariégeois. Ce grand baroudeur félin s'est posé ici et sa cuisine est influencée de ses nombreux voyages. Il propose une belle carte de whiskies (son second en cuisine est écossais !) et de nombreuses bières. Sur la grande terrasse ombragée et sa vue imprenable, le bar d'extérieur, tout en rondins de bois, est propice aux apéritifs festifs et aux soirées musicales ou à thème (moules-frites, cuisse de bœuf à la broche...). A l'extérieur également, le grand barbecue pour des grillades savoureuses (côte de bœuf, os à moelle, ris de veau...). La salle vient d'être refaite, à la fois design, claire avec une grande cheminée. La Table de l'Ours accueille aussi de nombreux événements privés tels que les mariages, les banquets ou même les réunions de famille jusqu'à 200 personnes. A quelques minutes du centre-ville, mais au cœur d'une nature rafraîchissante, cet établissement vous réconciliera avec l'ours, si par hasard vous étiez fâché avec le célèbre plantigrade !

### Le gîte

#### ■ HÔTEL EYCHENNE\*\*\*

**8, avenue Paul-Laffont**

© 05 61 04 04 50

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

[hotel-eychenne@wanadoo.fr](mailto:hotel-eychenne@wanadoo.fr)

*Fermé du 16 décembre au 24 mars. Fermé en décembre, janvier et février. 32 chambres. Chambre double de 79 € à 136 € ; suite de 175 € à 210 €. Petit déjeuner : 12 €. Parking : 4 €. Lit bébé gratuit. Animaux acceptés (7 €). Wifi gratuit. Restauration (menus de 29,50 € à 45 €). Cet établissement est une véritable institution ariégeoise depuis 1830, aussi bien pour son ancenneté que pour la qualité de ses prestations et ce, depuis huit générations. Ce lieu représente tout un art de vivre.*



La décoration cossue vous rappelle les anciennes maisons familiales : les meubles patinés, le cristal et l'argenterie, les compositions florales et le jardin impeccamment fleuri, belle piscine et tables sous les parasols. Le raffinement de l'hôtellerie traditionnelle ! Les chambres et les suites sont également décorées avec goût. Le restaurant dispose de deux grandes salles. Parmi les petites merveilles gastronomiques de l'établissement, il faut mentionner la chiffonnade de salades aux queues de langoustines, les ris d'agneau persillés, le filet de dorade au jus de lapin corsé, les brochettes de lotte meunière aux Saint-Jacques ou le soufflé aux fruits de la passion et aux kiwis. La très belle cave renferme des milliers de bouteilles dont quelques très grands crus qui ont su excellement vieillir !

#### ■ HÔTEL LE VALIER\*\*

29, avenue d'Aulot

① 05 61 66 22 25 / 06 77 87 15 68

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

hotellevavier@orange.fr

Ouvert toute l'année. Chambre simple de 60 € à 75 € ; chambre double à partir de 55 €. Petit déjeuner : 7,50 € (petit déjeuner sportif : 11 € – rando cycliste). Lit supplémentaire : 30 € (lit enfant 20 €). Abri vélo. Wifi gratuit.

Cet hôtel de 10 chambres se trouve face au parc des expositions, à deux minutes à pied du marché de Saint-Girons (le samedi matin) et du centre-ville historique. Il constitue une possibilité de halte reposante dans la capitale du Couserans. Les chambres, douillettes, proposent une décoration très soignée et offrent un confort qui est une invitation pressante à passer une excellente nuit dans la cité couserannaise. A noter : un accueil comme on les aime, simple et chaleureux et, d'autre part, que « Valier » s'écrit avec un seul « l » comme le saint et le mont du même nom.

## Chambres d'hôtes

#### ■ CHÂTEAU DE BEAUREGARD\*\*\*

Avenue de la Résistance

① 05 61 66 66 64

[www.chateaubeauregard.net](http://www.chateaubeauregard.net)

contact@chateaubeauregard.net



Ouvert toute l'année. 10 chambres. Basse saison : chambre double 60 € ; suite de 80 € à 180 €. Haute saison : chambre double de 80 € à 100 € ; suite de 100 € à 220 €. Demi-pension. Petit déjeuner buffet : 13 €. Lit supplémentaire : 15 €. Parking inclus. Enfant de

moins de 12 ans dans la chambre des parents : 15 €. Soirée étape : 75 € et 95 €. Réceptions et mariages. Wifi gratuit. Restauration (l'Auberge d'Antan). Hammam, bain bouillonnant.

Possibilités de séjours à thème. Cette bâtisse du XIX<sup>e</sup> siècle a été aménagée avec goût et respect des temps passés. Dix superbes chambres vous attendent, toutes différentes, toutes au mobilier ancien, toutes claires et spacieuses. Les salles de bains occupent les quatre tourelles du château. Le parc du château, d'une superficie de 2,5 hectares, abrite des arbres centenaires. Pour lutter contre de possibles canicules, une piscine nichée dans la roseraie vous tend ses bras. Que la beauté des lieux et le raffinement de la décoration ne vous fassent pas oublier la table, elle aussi de qualité, en demi-pension ou en pension complète. L'établissement est dirigé par Nathalie et Agnès dont les époux nous régalaient à l'Auberge d'Antan. Ne ratez pas le spa exceptionnel et les possibilités de massages par un véritable professionnel diplômé et agréé. C'est incontestablement un lieu de vacances ou de simple week-end haut de gamme, un château pour vivre quelques heures ou quelques jours dans un décor historique, comme au début du XIX<sup>e</sup> siècle.

## Campings

#### ■ PARC DE PALETES\*\*\*

Allée des Orchidées

① 05 61 66 06 79 / 06 07 02 40 24

[www.camping-sud-ouest.fr](http://www.camping-sud-ouest.fr)

contact@parcdepaletes.com



Ouvert toute l'année. Terrain de 3,5 ha. 54 emplacements (25 emplacements pour tentes et caravanes + 29 locatifs et 22 chambres d'hôtel). Relief : en terrasse. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 15 € à 19,50 €. Mobil-homes pour 2 personnes de 210 € à 480 € la semaine ; chalets pour 6 à 8 personnes de 300 € à 780 €. Roulotte de 220 € à 520 €. Studio de 210 à 520 €. Chèque Vacances. Jeux pour enfants. Animaux acceptés (avec supplément). Aire pour camping-cars. Wifi gratuit. Restauration (borne internet à l'accueil). Piscine avec pataugeoire (en haute saison).

Sur 6 ha, avec une superbe vue sur les Pyrénées, vous logerez à votre guise dans des roulettes de quatre places, dans des chalets, en studios ou bien dans des chambres, et même sous la tente ! A la sortie de Saint-Girons, en direction de Massat (D3), ce camping vous permettra de profiter du calme et de vous détendre. Sur place, piscine, tennis, terrain de volley-ball, salle de ping-pong... Des chemins de randonnée partent du site.



*Fermé du 15 novembre au 31 mars. 115 emplacements. Exposition : ombragé / mi-ombragé / ensoleillé. Sol : herbeux. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 15 € à 23 €. Mobil-homes pour 4 personnes de 199 € à 599 € la semaine ; mobil-homes pour 5 personnes de 289 € à 659 € ; mobil-homes pour 6 personnes de 249 € à 739 € ; bungalows pour 2 personnes de 149 € à 249 € ; bungalows pour 5 personnes de 169 € à 399 €. Salle de bains pour bébés. Animaux acceptés (4). Aire pour camping-cars. Restauration. Location de micro ondes, location de télévision, location de barbecue. Animations.*

A seulement trois kilomètres de Saint-Girons, ce camping est totalement adapté à tous les budgets ou à toutes les formes de campings souhaitées. Ici tout le monde trouvera son bonheur : simple tente de camping, caravane, camping-car ou très confortable chalet pour 6 personnes. Repris depuis un an par Bénédicte et Bruno, le lieu a gardé son esprit familial et relaxant. Sa situation en pleine nature, dans une ancienne station thermale au pied des montagnes avec une superbe vue sur ces dernières, invite au bien-être grâce à ses équipements (sauna, massages) et tout est mis à votre disposition pour des vacances réussies. En saison, un snack, un bar, des concerts les jeudis, une piscine... Un petit écrin de paix et de souvenirs inoubliables.

## Sorties

### HORIZON VERTICAL

**Ancienne gare**

⌚ 05 61 66 85 73 / 06 81 23 57 43 /  
05 61 96 08 22 – [www.horizonvertical.net](http://www.horizonvertical.net)  
[franck@horizonvertical.net](mailto:franck@horizonvertical.net)

*Haute saison : ouvert du lundi au samedi de 10h à 12h30 et de 16h à 19h. En dehors de juillet et août réservation par téléphone ou mail. Tarifs complets sur le site internet.*

De l'initiation au perfectionnement, ces tarifs comprennent l'encadrement par des moniteurs diplômés d'Etat, une assurance individuelle, le matériel collectif et individuel. L'équipe d'Horizon Vertical vous fera découvrir et partager ses multiples passions : canyon, escalade, parcours aventure en falaise à Moulis, spéléologie... Dans de véritables aquaréas naturels, dans le monde souterrain qui a toujours attiré l'homme, sur une paroi rocheuse, ces activités vont de l'initiation au stage de perfectionnement et concernent tous les âges, tous les gabarits et tous les niveaux, en groupes ou individuels. Sportifs chevronnés, ils ont ouvert des canyons tous niveaux. Les activités sont assurées à partir de quatre personnes.

## Emplettes

**ASINUS – ASINERIE DE FEILLET**  
40, boulevard Frédéric-Arnaud  
⌚ 05 61 04 65 91 / 05 61 03 07 59  
[www.asinus.fr](http://www.asinus.fr) – [contact@asinus.fr](mailto:contact@asinus.fr)

*Outvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 17h. Samedi matin sur le marché en face de la Poste. Boutique en ligne.*

Grace à Olivier Campardou, le lait d'anesse n'a pas complètement disparu. Précurseur en Europe pour la production de lait d'anesse et de produits élaborés, il vit au cœur du Couserans. A quoi peut bien servir ce lait ? Une composition exceptionnelle, d'étonnantes vertus, ses qualités sont merveilleuses et la belle Cléopâtre le savait car elle prenait régulièrement des bains au lait d'anesse afin de garder sa peau souple, douce et jeune et un teint éclatant de fraîcheur, tout comme Poppée l'épouse de l'empereur Néron. La boutique vous propose un large choix de produits élaborés à partir de ce lait surprenant, certains bénéficiant de la licence Ecocert. Treize variétés de savon, fabriqués artisanalement par un savonnier ardéchois, aux parfums originaux tels avoine, cannelle, concombre... des shampoings, des crèmes pour le visage, des laits de toilette ou de douche, des crèmes pour le visage ou le corps... et découvrir également les délicieux bonbons. Car le lait d'anesse facilite la digestion et est particulièrement riche en minéraux et en vitamines D, C, E, A, B1, B2. En été, il est possible de voir la trentaine d'anesses à l'estive de Couflans.

### LA BRASSERIE ARTISANALE D'ARIÈGE PYRÉNÉES

**6 ter, avenue René-Plaisant**

⌚ 05 61 96 60 01 / 06 18 08 89 59

*Outvert du mercredi au samedi de 15h à 19h ; le samedi de 9h à 12h.*

La Blonde Brouche, l'ambrée Carabell, la blanche Plume et la Brune Magie. Non je ne vous annonce pas les prénoms des futures Miss Ariège mais le nom de quatre bières brassées par Pierre-Jean Faux depuis 2005. La recette : 100 % pur malt, eau de source des Pyrénées, pas de stérilisation ni de filtration. Possibilité d'acheter sur place bouteilles ou fûts. Pas de panique il y en aura pour tout le monde car la brasserie peut stocker 120 hectolitres de ce précieux breuvage. Bien sûr à consommer avec modération... ou avec qui vous voulez. La brasserie a obtenu en 2016 la médaille d'or lors de la manifestation « Aurignac sous pression ».

### CAFÉS BLASCO

**40 bis, avenue Aristide Berges**

⌚ 05 61 66 46 66

*Outvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 17h.*

En 1986, Michel Blasco se lançait dans l'aventure de la torréfaction. Plus de trente ans après, l'entreprise est toujours là et propose de bien jolis cafés, savoureux et originaux. Pour les chevronnés et les spécialistes, des machines Nuova Simonelli sont également disponibles à la vente. Pour les passionnés du breuvage noir, des stages et formations et de découverte du latte art et de la barista sont organisés !

### CRÈMERIE DU COUSERANS

**3, rue de la République**

⌚ 05 61 66 50 30

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

*Outvert du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 15h à 19h ; le samedi de 8h à 12h30 et de 15h à 19h.*



## PISCINE ET JEUX

CAMPING D'AUDINAC LES BAINS

148 route de belloc Audinac les bains - 09200 MONTJOIE EN COUSERANS  
05 61 66 44 50 - [www.camping-audinaclesbains.com](http://www.camping-audinaclesbains.com)



Anne et Clément Rouzaud tiennent cette crèmerie située dans le centre de Saint-Girons. Vous y dénicherez de délicieux fromages, à acheter à l'unité ou en plateaux. Vous succomberez forcément au goût délicat d'un brillat-savarin truffé, d'un pont-l'évêque, d'un livarot ou d'un praz-vechin au lait cru. Vous découvrirez des assemblages originaux faits maison tels le brie de Meaux aux noix ou ce surprenant et succulent petit fiancé des Pyrénées marié avec du cacao. Pour les papilles curieuses.

**CROUSTADES MARTINE CRESPO**  
**38, rue du Docteur-Pierre-Mazaud**  
**05 34 14 30 20**  
[www.croustade.com](http://www.croustade.com)  
[contact@croustade.com](mailto:contact@croustade.com)

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 19h ; le samedi de 8h à 19h ; le dimanche de 8h à 13h. Derrière une large vitrine décorée aux couleurs du terroir, aux encadrements vert anis, on imagine volontiers une grand-mère avec son tablier bleu sortant les gâteaux du four à bois. Martine Crespo, jeune femme déterminée, a su faire revivre les goûts du Couserans de ses aïeux. Avec une pâte feuilletée et des fruits frais, elle compose des croustades. Ses pâtisseries légères, dorées et appétissantes sont toutes faites au beurre. Outre les croustades aux pruneaux, pommes ou poires, cette boutique qui se trouve au cœur même de la cité saint-gironnaise, offre un choix important de tarte de saison. En été, on se régale de l'aubergine basilic et de la Toc (tomates oignons courgettes)… Vous trouverez ici les confitures artisanales et liqueurs aux petits fruits des Pyrénées, les limonages d'Ariège, l'hypocras et le sambuc. A découvrir la croustade à la carotte et caramel salé et la croustade au fromage de montagne. Le petit chef d'œuvre gourmand du Couserans.

**PATISSERIE – CHOCOLATERIE BALARD**  
**4, rue Gambetta**  
**05 61 66 35 11**  
[jpbalard@gmail.com](mailto:jpbalard@gmail.com)

Ouvert du mardi au samedi de 10h à 12h30 et de 15h à 19h ; le dimanche de 8h à 12h.

Jean-Pascal Balard, le responsable de cet établissement, n'est pas un néophyte de la profession car il a travaillé comme pâtissier dans quelques grands restaurants comme chez Troisgros à Roanne ou le château de Mercuès, près de Cahors. Il a aussi promené son talent chez quelques grands pâtissiers de France mais l'amour du pays natal l'a ramené à Saint-Girons. Sa spécialité c'est le chocolat qu'il accommode en fonction de ses idées et de ses créations : bonbons, gâteaux et autres formes à découvrir sur place. Parmi les spécialités, l'ardoise du Couseran, un palais de nougatine enrobé de chocolat ou les écorces, de fines plaques de chocolat aux épices, riz soufflé et fève de cacao, exposés en boutique aux côtés de créations tout en chocolat réalisées grâce au talent de modelage d'Emilie qui a fait les Beaux Arts de Toulouse avant de rencontrer Jean-Pascal. Si le chocolat vous donne des boutons, préférez la pâtisserie traditionnelle avec tartes, éclairs, religieuses, millefeuilles, fraises, charlottes... N'attendez pas votre anniversaire ou vos 50 ans de mariage pour déguster les gâteaux de Jean-Pascal : toutes les occasions sont bonnes pour savourer d'excellentes pâtisseries !

## Marchés

### MARCHÉ

Ouvert le samedi de 7h à 13h.

Le marché de Saint-Girons est autant réputé que celui de Mirepoix. Vous y trouverez tous types de produits locaux qui descendent souvent directement des montagnes avoisinantes. Fromages de vache, chèvres, mélange de laits, artisans d'art, produits divers (et d'été), volailles, confitures, charcuteries variées et délicieuses... Outre les locaux, une population de néo-ruraux colorée enchanter le marché et procure une ambiance toujours au top.

## Dans les environs

### Montjoie-en-Couserans

 **CAMPING D'AUDINAC\*\*\***  
**06 33 79 21 25 / 05 61 66 44 50**  
[www.camping-audinaclesbains.com](http://www.camping-audinaclesbains.com)  
[accueil@audinac.com](mailto:accueil@audinac.com)



Fermé du 15 novembre au 31 mars. 115 emplacements. Exposition : ombragé / mi-ombragé / ensoleillé. Sol : herbeux. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 15 € à 23 €. Mobil-homes pour 4 personnes de 199 € à 599 € la semaine ; mobil-homes pour 5 personnes de 289 € à 659 € ; mobil-homes pour 6 personnes de 249 € à 739 € ; bungalows pour 2 personnes de 149 € à 249 € ; bungalows pour 5 personnes de 169 € à 399 €. Salle de bains pour bébés. Animaux acceptés (4). Aire pour camping-cars. Restauration. Location de micro ondes, location de télévision, location de barbecue. Animations. A seulement trois kilomètres de Saint-Girons, ce camping est totalement adapté à tous les budgets ou à toutes les formes de campings souhaitées. Ici tout le monde trouvera son bonheur : simple tente de camping, caravane, camping-car ou très confortable chalet pour 6 personnes. Repris depuis un an par Bénédicte et Bruno, le lieu a gardé son esprit familial et relaxant. Sa situation en pleine nature, dans une ancienne station thermale au pied des montagnes avec une superbe vue sur ces dernières, invite au bien-être grâce à ses équipements (sauna, massages) et tout est mis à votre disposition pour des vacances réussies. En saison, un snack, un bar, des concerts les jeudis, une piscine... Un petit écrin de paix et de souvenirs inoubliables.

## Moulis

### LABORATOIRE SOUTERRAIN DE MOULIS

**05 61 04 03 60**  
[www.ecoex-moulis.cnrs.fr](http://www.ecoex-moulis.cnrs.fr)

Ouvert toute l'année. Le mardi et le jeudi de 14h à 17h. Gratuit. Cette station de terrain rattachée au CNRS a été créée en 1948 pour l'étude du milieu souterrain et de sa vie. Sa situation privilégiée le place au sein d'une aire de biodiversité majeure à l'échelle européenne, dans une région particulièrement riche en cavités souterraines : près de 250 cavités sont en effet recensées dans un rayon de 25 km autour du centre. De nombreux étudiants

français et étrangers viennent effectuer des stages dans cette grotte laboratoire. Le patrimoine du CNRS à Moulis englobe 3 bâtiments, 2 grottes-laboratoires, 7 stations aménagées (grottes et stations de mesures) et près de 160 ha de terrain. Une bibliothèque de 3 500 volumes, une salle de conférences de 45 places, 23 chambres, ainsi que des salles de réunion viennent compléter l'équipement de ce site unique au monde en raison des études qui y sont menées. Le Laboratoire Souterrain de Moulis est le plus important laboratoire de ce type au monde.

### ■ FROMAGERIE LE MOULIS

**Lieu dit Luzenac**

① 05 61 66 09 44

**Le-moulis@orange.fr**

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 18h ; le samedi de 9h à 12h.

Caché jalousement dans la vallée du Couserans, la fromagerie «Le Moulis» travaille encore à l'ancienne

pour affiner ses fromages. La boutique de produits pyrénéens, qui sent bon le fromage, présente de vieux outils servant à l'élaboration du Moulis. C'est à Moulis, charmant petit village de l'Ariège, que Marie-Jo Coudray perpétue la tradition fromagère que lui a léguée son grand-père, artisan depuis 1934. Monsieur Pujol était l'authentique héritier des artisans qui régissaient les fruitières couserannaises du début du siècle... Le Moulis est une tomme de vache à pâte pressée reconnaissable entre toutes à sa belle croûte couleur muscade. Sa pâte non cuite est souple et onctueuse. Il est fabriqué à partir de lait cru rigoureusement sélectionné issu de vaches saines, nourries à l'herbe parfumée des estives de nos montagnes pyrénéennes. Affiné entre 8 et 10 semaines dans les fruitières tempérées, il est, selon la tradition, caressé à l'eau salée soir et matin, puis retourné et soigné sur les planches en sapin, afin qu'il exprime tous ses arômes. Sa conservation est de 90 jours.

# SAINT-LIZIER

Cité gallo-romaine, ancien évêché du Couserans et halte sur les chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle, la cité de Saint-Lizier conserve de nombreux témoignages de ce riche passé : remparts gallo-romains, deux cathédrales aux fresques remarquables, la pharmacie du XVIII<sup>e</sup> siècle, le palais des Evêques et le cloître roman. Cette cité d'art et d'histoire est classée parmi les grands sites Midi-Pyrénées et inscrite sur la liste du Patrimoine mondial par l'UNESCO au titre des chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle.

### ■ MUSÉE PALAIS DES ÉVÈQUES

**ET CATHÉDRALE**

**NOTRE-DAME DE LA SÈDE**

**Palais des Évêques**

① 05 61 05 10 10

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

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



Ouvert toute l'année. Tous les jours de 10h à 12h30 et à partir de 14h (dernière visite à 18h). Visites guidées à 14h30 et 16h. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 5,60 €. Enfant (de 5 à 12 ans) : 3 € (13-18 ans : 3,80 €). Pass Famille : 15,90 €. Etudiant 4,20 €. Visite guidée. Boutique. Classée monument historique c'est lors de la restauration des boiseries qu'il a été découvert des peintures murales sous le décor du XIX<sup>e</sup> siècle. Les peintures les plus anciennes datent du XII<sup>e</sup>, les travaux de restauration ont permis de dégager un décor d'une richesse exceptionnelle sur la voûte et les murs de l'église. L'ensemble le plus important fut réalisé au XVI<sup>e</sup> siècle. Sur les voûtes sont visibles 12 sibylles, ces femmes ayant don de prophétie dans l'Antiquité. Vous découvrirez l'arbre de Jessé peint sur le mur Sud et des moments importants de la vie de saint Jacques le Majeur sur le mur Nord. La visite guidée vous permettra de découvrir les peintures cachées sous quelques astucieuses manipulations techniques. Le palais des Evêques est un ensemble abritant des collections du musée départemental parcourant 2 000 ans d'histoire locale.



### Points d'intérêt

#### ■ CLOÎTRE ROMAN

**Place de l'Eglise**

Ouvert toute l'année.

Il faut voir le cloître, d'une saisissante beauté lorsque le soleil joue entre les colonnes. L'édifice qui jouxte l'église, est surmonté d'une galerie à piliers de bois ajoutée au XIV<sup>e</sup> siècle, ce qui est rare et comprend quatre galeries d'arcades en plein cintre avec des chapiteaux richement sculptés. De proportions harmonieuses, ce cloître dégage une très grande impression de sérénité. Les chapiteaux de la galerie nord sont d'un style rappelant celui de l'église toulousaine de la Daurade.

#### ■ ÉGLISE DE SAINT-LIZIER – ANCIENNE CATHÉDRALE

**Place de l'Eglise**

Ancien site gallo-romain, la cité possède de nombreux monuments témoins de son riche passé. La cathédrale construite au XI<sup>e</sup> siècle renferme dans son abside, un magnifique ensemble de fresques romanes. Dans l'abside nord, un ensemble de même époque illustrant la Jérusalem Céleste. Le cloître roman est surmonté d'une galerie ajoutée au XIV<sup>e</sup> siècle. Le Trésor des Evêques de Saint-Lizier présente un ensemble d'orfèvrerie de grande valeur dont la pièce maîtresse est le buste de Saint-Lizier en argent ciselé daté de la Renaissance. Etape du « Chemin du Piémont », Saint Lizier est un souvenir vivant de la grande époque du pèlerinage de Compostelle et à ce titre, il est inscrit au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Il est également classé parmi « les plus beaux villages de France ». Cette église fut consacrée en 1117 sous l'épiscopat de Jourdain Ier par Raymond de Durban, évêque de Barbastro en Espagne, sur l'emplacement d'un ancien oratoire. Le clocher octogonal en brique, de style toulousain, date du XIV<sup>e</sup> siècle et fait songer à celui de la basilique Saint-Sernin de Toulouse. La nef intérieure possède des fresques romanes remarquables.

### ■ AU PAYS DES TRACES

**8, route de Miguet**

© 05 61 66 47 98

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

paysdesetraces@wanadoo.fr



Pendant les vacances scolaires à l'exception de Noël tous les jours de 13h30 à 18h30. Ouvert toute l'année pour les groupes à partir de 8 personnes. Ouvert du lundi au samedi de 10h à 19h ; le dimanche de 13h30 à 19h. Adulte : 11 € (forfait : 15,50 € – Veillée thématique 17 €). Enfant (de 3 à 12 ans) : 9 € (forfait : 13,50 € – Veillée thématique 23 €). Bons CAF acceptés pour les séjours. Chèque Vacances. Accueil enfants.

Ce parc à thème original vulgarise l'étude des traces fossiles : l'ichnologie. Catherine et Jean-Louis Orengo, naturalistes chevronnés, accompagnés d'une équipe de passionnés, vous font découvrir cette science très pointue. Les activités proposées sont multiples : indices de présence d'animaux, empreintes et adaptations morphologiques, étude des oiseaux, des insectes, des reptiles. Le domaine de Miguet, déployé sur 3 ha, propose la visite de la grotte du loup, la sépulture préhistorique du troglodyte, le végétanimal : parc animalier végétal avec indices de la faune pyrénéenne... Atelier de moulage de traces, simulation d'avalanche. Sans oublier le village «à mouler» et un parcours familial d'observation d'ossements préhistoriques. Exposition «La science en quête de traces» où vous découvrirez les traces sous toutes leur formes, ADN, odeurs, animaux fossilisés, pollutions.

### ■ PHARMACIE DU XVIII<sup>E</sup> SIÈCLE

© 05 61 96 77 77

[ot.saintlizier@wanadoo.fr](mailto:ot.saintlizier@wanadoo.fr)

Ouvert toute l'année. Basse saison : le lundi et du mercredi au samedi de 11h à 15h. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 11h à 15h. Horaires supplémentaires en saison. Adulte : 3 €. Visite sur réservation pour les groupes toute l'année. Visite guidée.

Dans l'hôtel-Dieu, attenant à l'église, une magnifique pharmacie du XVII<sup>e</sup> siècle remarquablement préservée et restaurée qui présente des faïences, une trousse de chirurgien militaire, de nombreux ouvrages de médecine, une herboristerie, une collection de bouteilles, de flacons, des bocaux et autres pots du XVII<sup>e</sup> siècle. N'hésitez pas à demander des informations sur l'histoire du mystérieux vinaigre des quatre voleurs ou l'huile des petits chiens ou l'élixir de longue vie. La pharmacie n'est accessible qu'en visite commentée.

### ■ REMPARTS GALLO-ROMAINS

Ouvert toute l'année. Gratuit.

Ils ceinturent la cité sur 750 mètres pour une hauteur de 4 à 5 mètres et sont flanqués de 6 tours rondes ou carrées. Ils enclavent une superficie de 3,5 hectares. Cette muraille aurait été construite au III<sup>e</sup> ou au IV<sup>e</sup> siècle après Jésus-Christ et repose à même le socle rocheux. Ce vestige est le mieux conservé de la ville antique. Son état remarquable est dû à sa réutilisation médiévale et moderne. Il est même considéré par les spécialistes comme un des mieux conservés du Midi de la France.

## Le couvert

### ■ LE CARRÉ DE L'ANGE

**Palais des Evêques**

© 05 61 65 65 65

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

[resa@lecarredelange.com](mailto:resa@lecarredelange.com)

Fermé du 1<sup>er</sup> décembre au 31 mars. Ouvert du mardi au samedi le soir ; du mardi au dimanche le midi. Menus de 31 € à 99 € (menu végétarien 25 €). Menu enfant : 15 €. Formule du midi : 19 € (hors week-ends et jours fériés). Terrasse.

Restaurant gastronomique, deux fouchettes Michelin, dirigé par Paul Fonvieille, et situé dans le cadre prestigieux du Palais des Evêques labellisé Grand Site et dispose d'une splendide terrasse. Chaque plat est travaillé avec soin et inventivité dans le plus grand respect des produits bio et locaux et des saveurs du terroir. Voici une cuisine haut de gamme, élégante, savoureuse et subtile. Chaque assiette offre à l'œil et au palais cette recherche constante d'un travail parfaitement accompli. Résultat contemporain, et respectueux du patrimoine historique, l'espace est aménagé avec les mêmes exigences de qualité et de convivialité. Les tables rondes, drapées sont dressées avec raffinement et modernité : des couverts design, des verres en cristal gros volume, un «plumier» (création de mise de table originale) et des couteaux typiquement pyrénéens.... On peut aussi s'attarder sur la terrasse, s'offrir une glace, savourer un thé installé dans des fauteuils grand confort. Une halte incontournable offrant un point de vue panoramique sur la cité licéroise, et la chaîne pyrénéenne en arrière plan. À découvrir pour les épiciuriens et les gastronomes : le menu Carré de l'ange, qui est une véritable dégustation composée de sept services.



### ■ LE CHALET DE CHANTERAIN

© 05 61 66 11 33

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

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

Ouvert toute l'année. Basse saison : tous les jours le midi ; du jeudi au lundi le soir. Haute saison : tous les jours le midi et le soir. Réservation recommandée. Menus de 16 € à 35 € (menu terroir : 30 €). Menu enfant : 7,50 €. Plat du jour : 8,50 € (formule 13 €). Menu (entrée+plat+dessert) 16 € ou 18 € le week end.

Depuis plus de trente-cinq ans, Alain Chevallier et Marie-France tiennent ce chalet immanquable sur la route de Saint-Lizier. Le chef aime travailler le poisson avec des brochettes, le rôti de lotte, ou les feuilletés aux Saint-Jacques et les encornets farcis au coulis de poivron. Pour les carnivores... le foie gras aux pommes, des escalopes de magret au miel et xérès ou le filet de bœuf aux morilles. La salle très chaleureuse, plutôt rustique, est tout en longueur avec un nappage blanc et une mise en place raffinée reflétant bien la très sympathique patronne qui opère en salle. Des expositions de tableaux ponctuelles agrémentent les lieux. Pour la joie de tous, un jardin aménagé pour les enfants proposent divers jeux et une terrasse ombragée accueillera les gourmets. Une cuisine traditionnelle, des plats copieux, une valeur sûre que fréquentent avec assiduité les habitués et que les

touristes mettent sur la liste des bonnes adresses. L'accueil chaleureux d'Alain Chevallier et de sa cuisine vous convie à la légendaire douceur de vivre au Pays de Cogagne.

### ■ HÔTEL-RESTAURANT DE LA TOUR

**Rue du Pont**

© 05 61 66 38 02

[www.hoteldelatour09.fr](http://www.hoteldelatour09.fr)

hoteldelatour09@orange.fr

Fermé du 1<sup>er</sup> au 15 novembre. Basse saison : ouvert du mardi au dimanche le midi ; du mardi au samedi le soir. Haute saison : tous les jours. Menus de 29 € à 42 €. Menu enfant : 12 €. Formule du midi : 14 € (plat du jour 11 €). Chambres de 49 € à 75 €. Terrasse.

Situé sur la rive droite du Salat, l'hôtel de la Tour se trouve au pied du riche passé historique de la ville. L'élegance du cadre nous invite à une halte gastronomique prolongée dans cet établissement, qui peut accueillir jusqu'à 75 personnes et dispose d'une terrasse. Hormis le site prestigieux, le restaurant offre une cuisine innovante et goûteuse tout en respectant les saveurs du terroir. Le choix est grand, que vous aimiez les poissons-fruits de mer ou la viande-volaille et les produits de saison. La carte change tous les deux mois, un vrai régal ! Le chef aime particulièrement travailler les saint-jacques et le foie gras. Le tout est en harmonie avec la beauté et la richesse architecturale de la cité de Saint-Lizier que vous ne manquerez évidemment pas de visiter. L'hôtel dispose de 9 chambres spacieuses avec Wifi gratuit dans les chambres. Cette année l'établissement a reçu un nouveau mobilier et les salles ont été revues et aménagées dans un esprit plus moderne, plus actuel.

## Le gîte

### ■ VILLA BELISAMA

**Rue Notre-Dame**

© 06 72 87 63 71 / 05 61 02 83 24

[www.ariege.com/chambresdhotes/belisama](http://www.ariege.com/chambresdhotes/belisama)

villabelisama.ariege@orange.fr

Ouvert de mai à octobre. 3 chambres. De 85 € à 100 € pour deux personnes. Table d'hôte 30 € sur réservation. Au cœur de la cité médiévale de Saint-Lizier, la villa Bellisama vous accueille. Cette maison à colombe dont l'assise date du XII<sup>e</sup> siècle, fut aménagée et embellie en 1699 par le chanoine de l'évêché voisin. Le jardin terrasse, véritable belvédère, permet d'embrasser un panorama grandiose sur la chaîne des Pyrénées couserannaises et la vallée du Salat. Un magnifique salon de lecture avec cheminée et une importante bibliothèque spécialisée où Jean-Michel, amateur d'art roman et des chemins de Saint-Jacques de Compostelle, vous fera découvrir un Couserans oublié, celui des grottes préhistoriques, des musées, des verriers, la forêt du roi ou le superbe cloître de la cathédrale. Le festival de musique sacrée en mai et celui de musique classique en août, attirent chaque année un nombreux public de mélomanes et de touristes, ravis de découvrir Saint-Lizier, un des plus beaux villages de France. Après avoir délicieusement dormi dans la chambre Magdalà, Galileo ou Jabarène, Marylène s'occupera de votre petit déjeuner : pain bio, confitures, gâteaux et laitages maison. La piscine privée est mise à votre disposition.



**Saint-Lizier**  
**Tél. 05 61 66 11 33**  
[www.lechanteraine.com](http://www.lechanteraine.com)  
[contact@lechanteraine.com](mailto:contact@lechanteraine.com)

## Loisirs

### ■ BALLON BLEU HORIZON

**Aérodrome de Saint-Girons**

**Antichan**

© 09 62 52 51 16 / 06 98 19 30 00

[www.ballon-bleu-horizon.fr](http://www.ballon-bleu-horizon.fr)

[contact@ballon-bleu-horizon.fr](mailto:contact@ballon-bleu-horizon.fr)

Ouvert toute l'année. De 210 € à 250 € par personne. Formule «Vol Exclusif» pour 2 pers : 690 €. Chèque Vacances.

La Terre vue du Ciel, titre à la mode mais réalisable pour tous grâce à la montgolfière de Ballon Bleu Horizon qui vous propose des vols à la carte mais aussi des baptêmes de l'air. Un véritable balcon volant pouvant emporter 1 à 5 passagers par nacelle pour voir les Pyrénées dans le silence propre aux vols en ballon. Décollage tout au long de l'année, en fonction, bien sûr de la météo. Le pilote est diplômé de la DGAC et a été navigateur dans l'armée de l'air, commandant de bord pendant 12 ans. Mais ne confondons pas, une montgolfière n'est pas un avion ! Elle se déplace au gré des vents, chaque vol étant une expérience unique. Rassurez-vous l'aérostier sait où il va faire monter son ballon pour saisir le bons sens du vent. Le vol dure environ 1 heure mais prévoyez-en 5 car une montgolfière, ça se prépare, ça se range, et l'équipe vous offrira le «toast des aérostiers» et vous remettra un diplôme. Chose étonnante, pas de sensation de vertige car le ballon n'est pas relié au sol. Un moyen original de s'envoyer en l'air.

**HÔTEL RESTAURANT CÔTÉ JARDIN**  
Francis & Maryse Puech vous accueillent

**Horizon 117**

Venez découvrir ou redécouvrir le Restaurant «Côté jardin» dans un nouveau cadre qui se veut élégant, sobre, chaleureux mais modernes à la fois.

Nous sommes ouverts tous les jours sauf le dimanche soir.

Avenue Charles de Gaulle – 09190 Lorp-Sentaraille – Fax. 05 61 66 26 08 – contact@horizon117.fr  
Tél. 05 61 66 26 80 / [www.horizon117.com](http://www.horizon117.com)

## Emplettes

### ■ LE PAS DE SAINT-JACQUES

**7, place de l'Église**

© 06 61 05 93 62

Ouvert du mardi au jeudi de 14h30 à 18h30 ; du vendredi au dimanche de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h30. Les mois de juillet et août du mardi au dimanche toute la journée. Ouvert le dimanche.

C'est toujours avec chaleur et avec le sourire que Birgit vous accueille dans sa charmante boutique du centre de Saint-Lizier. C'est à la fois une galerie d'art et un commerce de produits régionaux. Les gourmands se délecteront de la partie épicerie fine qui présente la fine fleur des foies gras, charcuteries, miels et confitures, pains d'épice et plein d'autres bonnes choses telles les verrines de lapin ou de canard. L'artisanat n'est pas en reste avec une belle présentation de céramiques, bijoux, mohairs, savons ou tissus ariégeois. Cette jolie échoppe respire l'authenticité, avec ses poutres et ses pierres apparentes qui lui donnent un certain cachet. Une bien belle boutique dans une bien belle cité.

### ■ Dans les environs

## Lorp-Sentaraille

### ■ HORIZON 117

**Avenue du Général-de-Gaulle**

© 05 61 66 26 80

[www.horizon117.com](http://www.horizon117.com)

[contact@horizon117.fr](mailto:contact@horizon117.fr)

Fermé du 15 au 30 mars et du 1<sup>er</sup> au 15 novembre. Basse saison : ouvert du lundi au vendredi ; le dimanche midi. Haute saison : du dimanche au vendredi. Menus de 26 € à 40 €. Menu enfant : 12 €. Formule du midi : 17 € (entrée+plat+dessert).

Tenu par Francis et Maryse Puech, l'établissement est une institution depuis plus de 40 ans ! A la sortie de Lorp-Sentaraille, en bordure de la N117 tout près de Saint-Lizier, un hôtel-restaurant d'allure extérieure moderne, doté d'un grand jardin avec court de tennis, piscine, jardin d'enfant et, pour poursuivre la remise en forme à l'intérieur, un sauna. La grande salle rustique avec cheminée et la

véranda, deux lieux pour se restaurer devant une cuisine traditionnelle de qualité à base de produits du terroir tels la tramezaïme mi cuit aux épices ou encore le pigeon fermier du Couserans. La carte change au gré des saisons et on y retrouve la provenance des produits ariégeois tels les glaces de chez Faur ou le fromage d'en galey... Magnifique véranda afin de profiter de l'environnement champêtre toute l'année. Une excellente adresse à deux pas de Saint-Lizier, avec des forfaits week-end, en hors saison. Magnifique vue sur les Pyrénées et le Mont Vallier.



### LA PETITE MAISON

**14bis, avenue Aristide-Bergès**

© 05 64 28 58 63

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

[jpv.lpm@gmail.com](mailto:jpv.lpm@gmail.com)

Fermé du 1<sup>er</sup> décembre au 28 février. Ouvert du mercredi au samedi de 12h à 14h et de 20h à 22h ; le dimanche de 12h à 14h. Réservation recommandée. Menus de 28 € à 70 €. Menu enfant : 12 €. Formule du midi : 18 € (entrée+plat ou plat+dessert). Entrée+plat/dessert : 22 €. Chèque Restaurant. Terrasse. Belle terrasse calme côté montagne dans un jardin ombragé. Grand parking en face du restaurant. Seuls le nom et la façade en bois ont perduré depuis la reprise, en octobre 2016, de ce fameux établissement par un jeune chef de talent : Jean-Philippe Vicq. Tables noires et murs blancs donnent une salle élégante et lumineuse en journée et très cosy le soir. Un piano trône contre un mur. Des fleurs fraîches agrémentent les tables, marguerites ou orchidées. Le Renard s'est délecté d'une émulsion de potimarron en amuse-bouche suivie d'un délicieux foie gras associé à quelques champignons grillés : une pure merveille. Le chef œuvre dans la cuisine ouverte sur la salle. Le service était à la hauteur de l'ensemble, c'est-à-dire parfait. Aux beaux jours, la terrasse ombragée complétera le bien-être ressenti ici. Un pur moment gastronomique et décontracté.

### ■ ESPACE ARISTIDE BERGES

**Espace Aristide Bergès**

© 05 61 66 13 97

[www.aab.asso.fr](http://www.aab.asso.fr)

[aab@aab.asso.fr](mailto:aab@aab.asso.fr)

Ouvert tous les jours. Sur RDV. Gratuit jusqu'à 10 ans. Adulte : 5,50 €. Enfant : 2 € (étudiants et scolaires). Groupe (10 personnes) : 4,50 €. Pass : 4 €. Visite guidée (sur rendez-vous). Boutique.



# la petite maison

RESTAURANT



Une cuisine délicate,  
des saveurs inédites mais aussi  
des plats plus traditionnels  
pour une cuisine de saison.

Venez découvrir le restaurant  
gastronomique La Petite Maison  
dans le Couserans et éveiller  
vos sens grâce au chef  
Jean-Philippe VICQ.



Jean Philippe Vicq  
14bis, avenue Aristide-Berges  
09190 Lorp-Sentaraille

05 61 66 54 49

Créé par une association d'anciens ouvriers et de passionnés de l'imprimerie, l'Observatoire du Papier des Arts Graphiques et de la Communication est situé dans une ancienne usine à papier inscrite au titre des Monuments historiques. Le musée présente toute l'histoire du papier dans tous ses états. C'est le seul musée de France où l'on peut voir une ligne de fabrication contemporaine du papier en continu. Vous découvrirez également plus de 120 machines et outils à imprimer présentant les quatre procédés d'impression existants. Pour ne pas oublier que le cœur du Couseran bat pour le papier. Cette année le musée a reçu le prestigieux label « Maisons des Illustres » qui distingue les lieux de mémoire majeurs pour la compréhension de l'histoire locale et nationale.

#### ■ HORIZON 117\*\*

#### Avenue du Général-de-Gaulle

05 61 66 26 80

[www.horizon117.com](http://www.horizon117.com)

[contact@horizon117.fr](mailto:contact@horizon117.fr)



*Logis. Ouvert toute l'année. Fermé le dimanche soir sauf juillet et août. 22 chambres. Chambre double de 66 € à 80 €. Demi-pension (par personne en chambre double suivant saison). Petit déjeuner : 8,80 €. Lit supplémentaire : 9 €. Etape VRP 71 € à 76 €. Animaux acceptés (7 € par jour). Wifi. Restauration. Tv satellite. Sauna.*

Entièrement relooké, avec un grand espace élégant, lumineux et chaleureux où trône une immense cheminée. Lustres à damier, mobilier design et de très belle facture. Tenu par Francis et Maryse Puech, cet établissement est une institution depuis 40 ans ! A la sortie de Lorp-Sentaraille, en bordure de la N117 tout près de Saint-Lizier, un hôtel-restaurant d'allure extérieure moderne, doté d'un grand jardin avec court de tennis, piscine, jardin d'enfant et, pour poursuivre la remise en forme à l'intérieur, un sauna. La grande salle avec sa cheminée à la tête de cerf stylisée et la véranda, deux lieux pour se

restaurer devant une cuisine traditionnelle de qualité à base de produits du terroir tels la tranche foie gras mi-cuit aux épices ou encore le pigeon fermier du Couserans. La carte change au gré des saisons et on y retrouve la provenance des produits ariégeois et locaux tels que les glaces de chez Faur ou le fromage de chèvre de la ferme de Hourque... La véranda permet de profiter de l'environnement champêtre toute l'année. Une excellente adresse pour une cuisine goûteuse à deux pas de Saint-Lizier, avec des forfaits week-end, en hors saison. Magnifique vue sur les Pyrénées et le mont Vallier.

#### ■ LA MAISON BLANCHE

#### Chemin de la Mole

05 61 66 48 33 / 06 12 52 36 00

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

[agnes.roques@laposte.net](mailto:agnes.roques@laposte.net)

GPS N 043.011.755 / E 001.123.374

*Clévacances (2 clés). 4 chambres. Chambre simple 55 € ; chambre double 60 € ; chambre triple 70 €. Petit déjeuner inclus. Chambre 4 personnes 80 € à 100 €. CB non acceptée. On peut venir avec son cheval. Wifi gratuit. Restauration (table d'hôtes sur réservation, 22 € adulte, 18 € adolescent, 12 € enfant). Excursions (excursions, randonnée ou promenade à cheval (cheval non fourni)). Alain et Agnès, amoureux de leur Couserans natal, vous accueillent en toute simplicité dans leur maison familiale. Ils vous feront découvrir leurs passions. Le cheval pour Agnès, cavalière émérite, et la montagne et la photographie pour Alain. Il pourra d'ailleurs vous faire une projection de photos sur la région. Les chambres d'hôtes se situent dans la commune de Lorp-Sentaraille, patrie de l'inventeur de la « houille blanche », la puissance hydraulique, qui n'est autre qu'Aristide Bergès, l'arrière grand-oncle d'Agnès. Table d'hôtes sur réservation. L'établissement accueille également les chevaux dans une écurie confortable. Possibilité de balades avec Agnès qui est accompagnatrice de tourisme équestre. Ambiance sympa, décontractée, sincère, familiale et humaine. A ne pas louper dans le Couserans !*

© PHOTOR



Vue générale de Saint-Lizier.

## ■ CHARCUTERIE CAZAUX

© 05 61 66 45 90

Ouvert du lundi au samedi. Ouvert le dimanche (le matin en été).

En 1969, André Cazaux ouvre une charcuterie à Saint-Girons. En 1987, voici une deuxième charcuterie. Aujourd'hui, les produits charcutiers Cazaux jouissent d'une très bonne notoriété au niveau local et régional. Ils sont également présents en région parisienne, en Aquitaine et en Provence. Les porcs et cochons proviennent

exclusivement du Sud-Ouest. Nourris par des aliments à base de céréales, alors, régalez-vous avec les saucissons, les saucisses sèches, les saucisses de foie, les jambons, les pâtés et autres succulentes réalisations de cette maison très sérieuse et en constante expansion – preuve indéniable de la qualité de ses produits. André Cazaux, un maître artisan médaillé. Le charcutier s'est vu récompensé de deux médailles d'or au Concours Général Agricole de 2018 : une pour la saucisse sèche Pastou et l'autre dans la catégorie Jambons secs.

# SAVERDUN

Saverdun, dont le château fut bâti fin XII<sup>e</sup>-début XIII<sup>e</sup> siècle sur un promontoire dominant l'Ariège, devint le centre d'un premier village fortifié, d'où le nom celtique qui signifierait « forteresse sur la hauteur ». Saverdun garde quelques traces de ce passé, malgré les agressions successives dont la cité fut l'objet. Aujourd'hui la vieille de Saverdun est le centre d'une riche production agricole surtout dans la plaine irriguée ; elle s'efforce d'enrichir des activités commerciales, artisanales et industrielles, constituée essentiellement de PME-PMI. Elle est doté de structures scolaires, d'équipements sportifs et culturels, de lieux de promenade, berges de l'Ariège, sentiers de randonnée qui contribuent à la qualité de la vie des ses habitants.

## Le couvert

### ■ L'ESCAPADE

Larlenque

© 05 61 60 49 02 / 06 70 66 22 90

[www.restaurant-lescapade.com](http://www.restaurant-lescapade.com)

Ouvert du mardi au samedi de 7h à 21h30 ; le dimanche midi. Menu unique à 13 € (samedi, dimanche et jours fériés). Formule du midi : 12 € (grands buffets d'entrées et de desserts, grillade ou plat du jour). Accueil des groupes. Terrasse.

Cette grande batisse, à 3 minutes du péage de l'autoroute, se voit de loin. Joëlle et Olivier, tous deux ariégeois, sont aux commandes de ce grand vaisseau. Ils vous proposent leurs compétences en restauration, bar et traiteur. Côté bar, un grand écran pour profiter au mieux des retransmissions sportives. La deuxième salle, côté restaurant, est plus cosy avec son nappage, ses briques rouges de Toulouse et ses poutres apparentes qui lui donnent un côté plutôt rustique. Côté traiteur, à partir de 20 couverts, vous pourrez les contacter pour des mariages, comités d'entreprise, fêtes de village, cassoulet-party et autres réjouissances. L'été, place aux grillades, à l'extérieur en terrasse, au cabanon, au Carré de l'Escapade, à la galette ou encore au pavé à toutes les sauces.

### ■ O CABALOU

ZI de la Lure

© 05 82 95 45 87

Ouvert du mercredi au lundi le midi de 12h à 14h ; du mercredi au dimanche le soir de 19h à 22h. Menus de 20 € à 36 €. Menu enfant : 8 €. Formule du midi : 13,50 € (3 plats, 1/4 vin

ou café compris. 2 plats 11,50 €. Plat du jour 9,50 €).

Accueil des groupes (jusqu'à 60 personnes). Terrasse.

Cela pourrait paraître surprenant de conseiller un établissement dans une zone industrielle... Détrompez-vous ! Le petit détour (très facile) sur l'ancienne N20 qui va de Toulouse vers l'Ariège (ou inversement) vaut la peine. La cuisine est familiale, locale, traditionnelle et à base de produits frais. Le service et l'accueil sont très agréables, sourires et décontraction sont assurés par Madame qui porte le joli patronyme de Perle. On se sent tout de suite à l'aise, prêt à dévorer la suggestion du chef, Nicolas Cabac. Vous vous régalez, selon les saisons, de civet de sanglier, foie gras maison, souris d'agneau rôtie à l'ail ou du délicieux œuf cocotte à la fondue de poireau et foie gras. Les petites têtes blondes, ou brunes, ne sont pas oubliées. Ici pas de jambon-purée mais une brochette de bœuf ou un Parmentier de poisson pour initier leur goût aux bonnes choses. En été, une jolie terrasse ombragée. Une bonne petite adresse futée !

### ■ L'OUSTALOU

9, rue du Lion-d'Or © 05 61 69 60 90

[www.loustalou09.fr](http://www.loustalou09.fr)

Ouvert du samedi au jeudi le midi. Réservation recommandée. Menus de 14 € à 32 €. Menu enfant : 8,50 € (7 € pour les plus petits (les pitchonets)). Plat du jour : 11 € (25 cl de vin compris). Entrée + plat ou plat + dessert : 14 €. Entrée + plat + dessert : 16 €. Chèque Restaurant. Terrasse. Situé au centre-ville, ce restaurant a une façade agréable et vous ne pourrez pas le manquer grâce à sa terrasse couverte. La petite salle est toute en longueur, propre, avec un décor anodin mais pas moche et remplie d'une dizaine de tables. Un petit bar vous accueille à l'entrée. On voit de suite qu'on est dans ce type d'établissement qui serait dit « de quartier » si on était dans une grande ville : la bonne adresse où vont les gens du coin dans une ambiance conviviale, simple, genre cantine dans le sens le plus noble du terme. Christian et Vincent ont fait de « la cuisine, c'est du fait maison » le slogan de leur restaurant. Ils prennent le temps de prendre le temps et ils ont bien raison tant les habitués sont ravis de ce qu'il y a dans leur assiette. Les vins sont bio et la carte vous précise l'origine des produits utilisés dans la préparation du plat. Une adresse futée répertoriée dans les Tables gourmandes d'ex Radio Montaillou et recommandée par le Club des bons vivants. On recommande cette incursion dans le centre de Saverdun pour un repas dominical, par exemple, et découvrir les talents du chef.

## Emplettes

### ■ PIERRE BAYLE

Rue de la Crémade ☎ 05 61 60 30 38

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

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

Ouvert du mardi au vendredi de 6h à 20h ; le samedi de 7h à 20h ; le dimanche de 7h à 13h.

Bienvenue dans l'antre des délices. C'est ainsi que vous accueille cet artisan-chocolatier qui partage nom et

prénom avec le célèbre philosophe. Rien de ce qui peut attiser notre gourmandise ne lui est inconnu. Entremets et pâtisseries (aux trois chocolats, aux fruits...), confiseries (les galets d'Ariège, le cœur de figue et de cerise, les pâtes de fruits de notre enfance), glaces, sorbets et parfaits et bien sûr les chocolats ! Les meilleurs cacaos en provenance du monde entier ! Cet artisan réalisera également sur commande des douceurs et desserts pour tous les événements comme les mariages, les baptêmes, etc. Une boutique en ligne permettra de se faire rapidement livrer en douceurs et autres plaisirs du palais.

## SEIX

Niché au cœur des Pyrénées, à 510 m d'altitude, Seix est dans un cadre de forêts et de prairies verdoyantes, ouvert sur toutes les vallées environnantes.

Seix tient aujourd'hui une place prépondérante dans la dynamique du pays. Sa position géographique centrale offre aux randonneurs un grand choix d'excursions, aux pêcheurs de nombreux cours d'eau, aux promeneurs la visite des vallées du Haut-Couserans. Le sportif trouvera également sur place une large panoplie d'activités comme le parapente, le VTT, le rafting, le cheval...

## Points d'intérêt

### ■ CHÂTEAU DE SEIX

⌚ 05 61 96 00 01

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

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

Haute saison : ouvert tous les jours.

Centre d'interprétation du patrimoine culturel, le château de Seix évoque les logiques qui ont façonné le territoire actuel des vallées du Haut Salat. Un parcours scénographique permet au visiteur d'appréhender ces processus dans les contextes où ils s'inscrivent. Les liens entre homme et espace sont soulignés et interrogent notre perception de la montagne aujourd'hui pour l'intégrer à notre XXI<sup>e</sup> siècle.

## Le couvert

### ■ LA GOURMANDINE

Place de l'Allée ☎ 05 61 66 71 19

[www.lagourmandine09.fr](http://www.lagourmandine09.fr)

[lagourmandine@09.fr](mailto:lagourmandine@09.fr)

Ouvert du mardi au samedi de 12h à 14h30 et de 19h30 à 22h30 ; le dimanche midi de 12h à 14h30. Menus de 16 € à 23 €. Formule du midi : 12 € (plat + dessert + café). Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse. Ce restaurant, situé à l'angle de la place, est tout en bleu ciel au bord du Salat rafraîchissant. Il faut clamer haut et fort que tout est fait maison, que tous les légumes sont frais et que 90 % des produits (hormis le poisson !) proviennent de producteurs locaux, surtout du Couserans (porc, veau, agneau du Couserans élevés dans nos prairies...). Saluons, entre autres, le jarret de porc confit au miel, la salade au fromage de brebis frais et fermier, les tartes aux fruits

de saison ou encore le millas flambé. Amis des abats (et ils sont nombreux) c'est ici qu'il faut venir car la maison en a fait une de ses spécialités comme les ris de veau à l'ancienne ou les ris d'agneau des Pyrénées aux morilles et à la crème. Sans oublier le porcelet gascon des fermes environnantes ou l'agneau des Pyrénées braisé. Pour les amoureux des produits laitiers, le menu avec fromages locaux ou la fondue aux 3 fromages ariégeois. Alexandrine est passionnée par la cuisine depuis sa plus tendre enfance et elle a l'assurance, l'expérience et la créativité d'un professionnel chevronné. Son sens de l'accueil est remarquable. Pas étonnant qu'avec toutes ces qualités et un souci constant du bien-être des clients, son établissement ait une grande notoriété bien au-delà de Seix et du Couserans. Alexandrine et son équipe proposent, grâce à la cuisine ouverte sur la salle et sa décoration simple et très raffinée, de vous régaler à l'occasion des mariages, fêtes de famille et autres baptêmes dans un rayon de 30 kilomètres. Une belle adresse pour petits gourmandins et grandes gourmandines !

## Fermes-auberges

### ■ CHALET DE BEAUREGARD

Col d'Escots ☎ 05 61 66 75 99

Fermé du 1<sup>er</sup> juillet au 31 août et du 15 décembre au 15 mars. Ouvert le midi. American Express, Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse. Animations.

Voici une auberge d'altitude située sur le domaine de la station de Guzet, on y accède par télésiège en hiver et par piste carrossable en été ! C'est au col d'Escot que Paul Fontvieille, restaurateur ariégeois, a choisi d'ouvrir le Chalet de Beauregard où il propose de servir des sandwichs gascons aux saveurs ariégeoises. Le retour dans le temps est garanti dans un décor d'autrefois. Paul Fontvieille donne à cette construction récente des allures de chalet pyrénéen : des bardages de bois habillent l'extérieur de l'établissement ainsi que la salle de restauration et des objets chinés rappellent l'histoire du massif. La carte créative a été réfléchie pour sublimer les produits de l'Ariège : hot-dog ariégeois, casse-croûte gascon, dessert de nos vallées... Le service est assuré en salle ou en terrasse face à un panorama exceptionnel qui fait apprécier le détour. En hiver, des « folles soirées » sont organisées avec acheminement en dameuse ou motoneige...

# Le gîte

## ■ AUBERGE DES DEUX RIVIÈRES

**Pont de la Taulé**

© 05 61 66 83 57

aubergedeuxrivières@netcourrier.com

9 chambres. Chambre simple 45 € ; chambre double 45 € ; chambre triple 55 €. Par nuit et par personne. 3 nuits minimum. Petit déjeuner en chambre. Restauration. En pleine montagne, jouissant d'un calme apaisant et offrant une belle vue sur les paysages environnants, au confluent de l'Alet et du Salat, cette auberge est tenue par deux nouveaux propriétaires, Robert et Philip, un Néerlandais et un Belge qui ont craqué pour ce coin d'Ariège. Philip est aux fourneaux et s'inspire de la cuisine et des traditions locales, en apportant bien entendu sa touche personnelle et sa créativité. Pour rendre hommage aux anciennes et à leur patrimoine culinaire, un menu Mémé est proposé, rotie de porc au lait, fricassé de poulet vinaigre et herbes par exemple. Inspiré de l'histoire et des sarrazins qui ont conquis la vallée sous charlemagne, un menu « autre chose plus exotique » est élaboré avec le fameux « vrai » tajine de poulet, fleur d'oranges et dâtes... entre autre... choses ! Et pourquoi pas un mille feuille de fruits de saison pour terminer, les desserts sont faits maison en majorité. Robert lui, vinologue de formation et avec plus de 18 ans d'expérience à travers le monde, dans des maisons de luxe, vous conseille le vin parfaitement assorti issu d'une cave bien remplie et sélectionnée avec soin. Grand choix de bières belges. Le cadre est rustique avec pierres, poutres apparentes, cheminée... Mais nos deux compères ont apporté une touche de modernité, salle à manger cosy avec piano et lumière tamisée, salle du petit déjeuner plus actuelle citron vert et chocolat. Les chambres en projet de renovation auront une identité touristique de la région : ours, lac, etc. Leur devise « joie de vivre pour nos clients », en toute tranquillité, à noter qu'ici point d'internet ou de mobile ! Une adresse de vacance à recommander.

## ■ AUBERGE DU HAUT-SALAT

Place de l'Allée © 05 61 66 88 03

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

aubergeduhautsalat@orange.fr



Hôtel fermé pour congés annuels en fin d'année. Restaurant fermé le mercredi. Fermé également le soir et les mercredi et jeudi de mai à octobre. 8 chambres. Chambre double de 43 € à 50 € ; suite de 58 € à 60 €. Sur demande. Petit déjeuner : 8,50 €. Lit supplémentaire : 10 €. Parking fermé inclus (pour motos et vélos). Parking public gratuit. Animaux non-acceptés. Wifi gratuit. Restauration (menus à 21 € et 26 €).

Thierry et Cristiana vous accueillent dans leur charmant hôtel-bar-restaurant, situé sur la place du village de Seix. Ils vous proposent des chambres agréables et confortables, et une cuisine traditionnelle des plus savoureuses. Côté cuisine, aucune déception, car l'originalité et les saveurs sont bien au rendez-vous. Les plats sont copieux et goûteux et l'on déjeune ou dîne volontiers à cette table lorsqu'on est de passage. Au programme :

magret de canard aux figues et truite amandine, sont quelques-uns des délicieux plats à découvrir dans la salle de restaurant, qui affiche des couleurs claires et chatoyantes. On se régalerera également avec le foie gras de canard poché au banyuls, l'excellent gigot d'agneau des Pyrénées ou encore les grandes salades très copieuses en particulier celle aux 3 fromages et 3 charcuteries du pays. Si vous souhaitez prolonger votre séjour en Couserans, l'établissement met à votre disposition ses chambres aux hauts plafonds, toutes très spacieuses, revêtues de parquet, dans un style plutôt montagnard. Elles ont toutes été superbement rénovées et marient les avantages de notre époque au charme incomparable d'antan.

## ■ RÉSIDENCE LA SOULEILLE DES LANNES

© 04 68 37 87 87



Wifi. Sauna. Animations.

A l'écart du village de Seix, en pleine nature préservée et s'ouvrant sur un paysage magnifique, la résidence La Souleille des Lannes se compose de 70 chalets de plain pied avec étage. Un véritable et authentique petit hameau où l'on vient chercher la quiétude et se ressourcer, alors que la petite station familiale de Guzet se trouve à moins de 20 kilomètres pour skier en toute sérénité. Tous les chalets de la résidence sont aménagés avec une cuisine équipée, une salle de bains avec douche et une terrasse.

## Emplettes

### ■ FROMAGERIE LE ROGALLAIS

5, quartier de la Tuilerie

© 05 61 96 54 06

Ouvert tous les jours et les jours fériés de 9h à 19h.

La fabrication du rogallais, fromage de vache, de brebis ou de chèvre mais aussi au savant mélange des trois laits et à la croûte naturelle, a été transmise de père en fils depuis cinq générations, en fille devrait-on dire car maintenant, Marie-Lise Coumes est aux commandes. On trouve ses origines à la montagne de Rogalle à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. Elle vous fera découvrir ses productions. Face à l'estive de Rogalle, un pannonceau vous fera l'historique du fromage de montagne. Devant la salle de fabrication, les secrets du travail du lait vous seront dévoilés. Vous percevrez de la cave d'affinage, uniquement vue de l'extérieur. Ne repartez pas sans un bon morceau de cette production que le monde entier nous envie !

## ■ Dans les environs

### Ercé

Cette commune échelonne ses nombreux hameaux sur 8 km. Il faut voir le portail de l'église Saint-Pierre datant du XI<sup>e</sup> siècle, ainsi que l'église principale à la façade majestueuse et sobre. Le hameau de Cominac est remarquable par les « pas d'oiseaux » sur les toits des granges et des maisons rurales, sortes d'escaliers en pierre aux pignons des constructions. Mais Ercé restera sûrement dans l'histoire pour avoir été la capitale mondiale des montreurs d'ours au XIX<sup>e</sup> siècle et au début du XX<sup>e</sup>.

## Les montreurs d'ours

Depuis le XVIII<sup>e</sup> siècle, et peut-être dès le Moyen Âge, ce petit coin de l'Ariège est réputé pour avoir formé les meilleurs montreurs d'ours au monde et ce, jusqu'au début du XX<sup>e</sup> siècle. Certains montreurs d'ours ariégeois se produisirent sur le continent américain. Habituellement on dressait un ourson, que l'on récupérait orphelin, sa mère ayant été abattue par quelque riverain, et on le dressait afin de lui apprendre des tours tels que la danse, le rugissement pour effrayer les badauds, etc. Ercé était réputé au XIX<sup>e</sup> siècle pour son « école des ours ».

### ■ GÎTE LA COMTE

**Michel et Véronique Blavet**

**Cominac**

© 05 61 66 95 79

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

[gite.lacomte@gmail.com](mailto:gite.lacomte@gmail.com)

Pour 29 personnes (8 chambres). Label Rando/Plume. Nuitée 23 €, avec petit déjeuner de 25 € à 26 €, enfants : 14 €. Demi-pension 43 €, enfants de 25 €.

A Cominac, lieu-dit d'Ercé, ce gîte est tout neuf mais de construction traditionnelle. Il dispose d'une vue exceptionnelle sur le mont Valier et sur les montagnes d'Aulus. Il offre vingt-neuf places en chambres (plus sept places en dortoir) de deux à cinq lits, avec salle de bains, balcon et terrasse pour prendre le petit-déjeuner ou les repas au soleil. Une grande salle de 60 m<sup>2</sup> : un salon et sa cheminée ainsi qu'une bibliothèque complètent l'équipement. Parmi les activités proposées au gîte : parcours d'orientation « le guetteur du printemps », des sentiers à thèmes avec topo-guide « le sentier des Hobbits », « l'ours au fil des temps » et même un espace ludique pour les enfants... A proximité de ce lieu, nombreuses randonnées possibles, station de Guzet pour le ski, divers sports... Compte tenu de la capacité d'accueil de ce gîte, n'hésitez pas à en parler à vos amis !

## Oust

### ■ ÉGLISE NOTRE-DAME DE VIC D'OUST

© 05 61 96 00 01

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

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

Ouvert tous les jours. Visites commentées en été. Fiches descriptives en vente à l'office de tourisme. Groupes : possibilité de visites toute l'année sur rendez-vous.

Les églises romanes du Haut-Salat témoignent de l'unité du style de l'art roman pyrénéen. L'extérieur de ces églises, peu remanié depuis le Moyen Âge, illustrent les techniques de constructions des architectes romans. En revanche, leur décoration intérieure fut retravaillée aux XVI<sup>e</sup>, XVII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup> siècles. Vic-d'Oust, en particulier, possède un ensemble rare, par son unité et sa conservation, de décorations et d'œuvres d'art de l'époque baroque.

### ■ HOSTELLERIE DE LA POSTE\*\*

**Rue Principale**

© 05 61 66 86 33

[www.hotel-poste-ariege.com](http://www.hotel-poste-ariege.com)

[hotel-de-la-poste3@wanadoo.fr](mailto:hotel-de-la-poste3@wanadoo.fr)



20 chambres. Basse saison : chambre double de 59 € à 67 €. Haute saison : chambre double de 65 € à 76 €. Demi-pension : 67 € (prix variable selon les saisons). Petit déjeuner : 8,50 €. Animaux acceptés. Wifi gratuit. C'est une affaire de famille, tenue... en famille. Anne-Marie et Philippe sont frère et sœur. Ils ont conservé dans leur établissement l'esprit d'autrefois de l'ancien relais de poste, avec une décoration très rustique qui lui donne un cachet et un charme fou, presque désuet mais terriblement authentique. La nature est omniprésente et vous vous délecterez de la vue sur les montagnes depuis la terrasse et la piscine. Les chambres sont confortables et la cuisine délicieuse. Vous dégusterez, en terrasse aux beaux jours ou dans la salle à manger avec sa grande cheminée si le temps ou la saison ne le permettent pas. Vous dégusterez les escargots à l'anis, le magret de canard à la mangue et banane, le fondant de pieds de porc ou encore la hure de poireaux au foie gras et en dessert un mille-feuille au citron. A la belle saison, profitez de la piscine et rafraîchissez-vous en contemplant les Pyrénées.

## SENTEIN

Capitale de la vallée du Biros, Sentein garde les traces d'un passé glorieux. Dès l'entrée du village, on aperçoit le clocher. Avec ses 42 mètres, il est le troisième du Couserans après Massat et Saint-Girons. Fleuron de l'art roman franco-catalan, l'église a conservé l'enceinte fortifiée qui permettait aux habitants de se protéger des exactions. Elle abrite de magnifiques fresques. Cette église est d'une grande richesse, même si les outrages du temps et le choix des hommes l'ont quelque peu démantelée. Sentein a longtemps vécu des mouvements pastoraux et commerciaux anciens avec son voisin espagnol du

Val d'Arann à quelques heures de marche, par les crêtes étroites qui entourent la vallée. Depuis le milieu du XIX<sup>e</sup> siècle, les mines de zinc et de plomb ainsi que les thermes transforment le village en petite ville qui atteint les 3 000 habitants en 1846. Aujourd'hui la population se réduit à quelques dizaines d'âmes. A cause de la fermeture des mines et des sources mal compensées par l'électricité, la ville est aujourd'hui devenue très paisible. A quelques kilomètres des pouliys restent suspendus dans le vide et les grandes bâtisses sont à l'abandon. Les mines, devenues fantômes, offrent un paysage digne de l'Ouest américain.

## Points d'intérêt

### ■ ÉGLISE FORTIFIÉE

① 05 61 96 10 90

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

[accueil@tourisme-biros.com](mailto:accueil@tourisme-biros.com)

*Haute saison : ouvert le mardi et le jeudi de 15h30 à 17h.*

*Autres périodes sur rendez-vous.*

Sentein est le village principal de la vallée du Biros. Il doit sa notoriété aux anciennes mines et au thermalisme, il est maintenant tourné vers le pastoralisme et la randonnée. Récemment redécouverte, l'église fortifiée de Sentein mérite le détour. Construite dès le XII<sup>e</sup>, elle abrite de magnifiques fresques du XVI<sup>e</sup>. La visite prévoit le circuit historique du village et de l'église.



### ■ ÉGLISES DU BIROS

#### Boulevard du Barry

Le Biros est un pays montagnard situé sur le cours supérieur du Lez, à une vingtaine de kilomètres de Saint-Girons. On dit parfois que cette contrée sauvage et reculée se trouve au bout du monde. N'en croyez rien. Le bout du monde, s'il est synonyme de beauté à l'état pur, de paysages intacts, de quiétude et de silence revigorant, ne peut qu'attirer. Le Biros est constitué de six villages possédant chacun une église. Ces six églises n'ont peut-être pas la notoriété de celles d'Unac ou de Saint-Jean-de-Verges, elles n'ont pas la chance d'être situées sur un axe important de circulation, elles ne drainent pas des foules aussi importantes que Notre-Dame-de-Sabart, mais elles ont un charme fait d'humilité et de discrétion, un peu à l'image des Birossans, qu'il serait dommage de ne pas connaître. En route pour les églises du Biros, sur

un circuit particulièrement futé, celui de la Soulane qui passe par les villages de Antras, Balacet, Bonac, Irazein, Sentein, Uchentein.

## Le gîte

### ■ LA MAISON DU RABADA

#### Place de l'Eglise

① 05 61 96 07 76 / 06 76 88 29 67

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

[estreme.veronique@wanadoo.fr](mailto:estreme.veronique@wanadoo.fr)

*Fermé en janvier. 3 chambres. Chambre simple à partir de 55 € ; chambre double 65 € ; chambre triple 75 €. Demi-pension : 90 € (pour 2 personnes). Chèque Vacances. Restauration (table d'Hôtes).*

Situé à 800 mètres d'altitude, ce petit village de montagne est un havre de paix. La maison de Rmamda face à l'église du village, est une ancienne demeure aux pierres grises qui a été restaurée et décorée avec talent et goûts. Véronique vous reçoit dans sa maison avec le désir de privilégier votre accueil en toute simplicité et convivialité, vous y trouverez trois chambres d'hôte offrant un confort comparable aux prestations hôtelières classiques. Douche dans les chambres, grand salon, salle à manger, une magnifique cheminée pour réchauffer les fraîches soirées ariégeoises, un coin lecture, des jeux, la télévision... En prévenant à l'avance il vous sera servi une cuisine familiale préparée en partie au feu de bois. Le calme et le repos sont garantis dans ce coin d'Ariège qui, plus que tout autre, a su préserver la beauté à l'état pur, au milieu d'une nature luxuriante et accueillante. Amoureux de randonnée et de montagne, venez donc découvrir Sentein, ses environs et... la maison du Rabada.

## TARASCON-SUR-ARIÈGE

De par sa situation au confluent de plusieurs vallées, Tarascon fut un point stratégique lors des guerres d'Espagne et pendant les guerres de Religion. Centre commercial très important : la foire aux bestiaux de la Saint-Michel, le 30 septembre, était un rendez-vous qui rassemblait une grande foule. Cette foire existe encore de nos jours. Le Tarascon actuel est une ville très agréable et accueillante, dotée d'une magnifique salle multimédia, l'Espace François Mitterrand, également centre d'information touristique puisque l'office du tourisme y siège. Ce lieu possède également un cinéma, une bibliothèque, une vidéothèque et accueille des spectacles et des congrès. Tarascon, au cœur d'une région très riche en promenades, activités sportives et culturelles, bénéficie de l'immense privilège d'être la capitale (mondiale ?) de la préhistoire. Dans un rayon d'environ 10 kilomètres se trouvent des grottes aussi célèbres que Niaux, Bédeilhac, Lombrives et la Vache où l'on peut encore admirer des peintures rupestres authentiques.

La tour du Castella, unique vestige de l'ancien château démolи sur ordre de Richelieu, domine la ville du haut de sa colline. Dans le vieux Tarascon, au hasard de ses rues escarpées et tortueuses, se blottissent de pittoresques maisons. Au 5 du quai Armand Sylvestre, une plaque

signale la maison natale de ce poète littérateur et journaliste (1837-1901). L'église de la Daurade possède un retable remarquable. Mais les deux autres églises sont plus connues. D'abord celle de Saint-Michel et surtout Notre-Dame-de-Sabart, à l'entrée de la vallée de Vicdessos, érigée en remerciement de la victoire de Charlemagne contre les Sarrasins. Une légende assure qu'une vierge lumineuse aurait été déterrée en ce lieu par un attelage de deux génisses indomptables, conduit par Charlemagne en personne. C'est là que fut construite la chapelle. Elle a donné son nom à toute la partie méridionale du comté de Foix, le Sabarthès. Il faut absolument voir, dans cette chapelle, un merveilleux vitrail qui date du XIII<sup>e</sup> siècle, ce qui en fait le plus ancien vitrail du Midi.

### ■ OFFICE DE TOURISME MONTAGNES DE TARASCON ET DU VICDESSOS

#### Avenue Paul-Joucla

① 05 61 05 94 94 / 05 61 64 87 53 /

05 61 64 90 31

[info@tarascon-vicdessos.com](mailto:info@tarascon-vicdessos.com)

*Basse saison : ouvert du lundi au samedi de 9h à 13h et de 14h à 18h. Ouvert le dimanche (en saison).*

Aller dans un office de tourisme, c'est un petit peu comme partir à l'aventure. Que voir ? Que faire ? On ne veut pas paraître ignorant... Ici, soyez à l'aise et n'hésitez pas à poser des questions ! L'équipe dynamique qui exploite le site sait ce qu'est le sens de l'accueil et du renseignement. Ils sauront partager avec vous l'amour qu'ils ont de leurs vallées et vous feront découvrir leurs moindres secrets. Pour vivre des vacances fortes en émotions et sensations de liberté le temps d'une semaine ou plus ces montagnes situées aux frontières de l'Andorre et de l'Espagne vous attendent. A noter, en hiver, vente de forfaits de ski, pratique, c'est sur la route des stations.

► Autre adresse : Rue des Pyrénées – AUZAT

## Points d'intérêt

### ■ RÊVE ET MAGIE DU RAIL

**Route Arignac**

© 05 61 05 94 44

[www.rma-revermagiedurail.com](http://www.rma-revermagiedurail.com)

rma09@orange.fr

*Haute saison : ouvert tous les jours de 14h à 18h. Fermé le lundi en mai et juin. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 6 €. Enfant (de 5 à 15 ans) : 3,50 €. Groupe (15 personnes) : 5 €.*

Rail, Modélisme Ariégeois vous propose de découvrir sa maquette « Rêve et Magie du Rail ». C'est une réalisation exceptionnelle qui a été présentée un peu partout en France et à l'étranger. Employant les techniques les plus modernes du son, de la lumière et de l'animation, c'est

un vrai spectacle son et lumière. Vous vivrez le temps d'un rêve : le jour, la nuit, l'orage... l'insolite parfois, une voiture postale des anciens ambulants qui arrêta ses voyages en 1995, une locomotive BB4736 construite en 1934, vous rappelleront une aventure humaine riche. Des centaines de personnages, la plupart peints patiemment à la main, représentent des scènes de la vie courante, et de nombreux véhicules agrémentent la maquette. Chaque visite est commentée. Situé à 200 mètres de la gare SNCF, c'est une visite agique.

### ■ PARC DE LA PRÉHISTOIRE

**Route de Banat**

© 05 61 05 10 10

*Voir page 11.*



## Le couvert

### ■ LES 3 BUFFETS

**Route de Saurat**

© 05 61 02 69 09

[les3buffets@orange.fr](mailto:les3buffets@orange.fr)

*OUvert toute l'année. Du lundi au samedi de 11h30 à 15h. Formule du midi : 14,50 € (1/4 de vin compris). Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse.*

Nouvelle enseigne à l'entrée de Tarascon (ou à la sortie, selon le sens...) et nouveau concept pour le département. Trois buffets en version illimitée : un buffet d'entrées, un buffet de plats chauds et un buffet de desserts. Ici, on travaille en famille. Bernard Servat et son cousin Daniel sont en cuisine et l'accueil incombe à

## Moto, vélo, cyclo : y'a tout ce qu'il faut

Ariège, pays de la moto. Ariège, pays des motards. Et plus particulièrement, la haute vallée de l'Ariège, spécialement la région de Tarascon-sur-Ariège. Bien sûr, si on continue la route vers le pas de la Casa, on arrive dans un autre paradis des deux-roues, celui des bonnes affaires sur les casques, les blousons, les accessoires...

Mais avant de se lancer sur la route sinuuse de la principauté d'Andorre, il faut découvrir la vallée du Vicdessos ou encore la magnifique route des corniches qui associe plaisir du pilotage et plaisir des yeux. Tout ça ne se fait pas en un jour, il faut donc trouver l'endroit idéal pour poser madame ou monsieur mais surtout, qu'elle soit à l'abri, au chaud, en sécurité. Et si en plus on y mangeait bien et on y dormait bien ? Ce lieu existe, c'est l'hôtel-restaurant le Bellevue à Tarascon-sur-Ariège. Ambiance sympa, accueillante, avec en prime un garage fermé. L'apéro est ici un moment à ne pas manquer car il faut découvrir les tapas. Pour le dîner, dans l'assiette, c'est du bon, du très bon. Des grillades à la braise, des produits locaux : bref, on est dans le top qualité. On peut aussi savourer de généreuses et délicieuses pizzas. Notre préférée est la pizza ariégeoise (jambon, fromage, tomate, magret, foie gras, olives). Bon, allez, gaz !

### ■ LE BELLEVUE

**7, place Jean-Jaurès**

© 05 61 05 52 06

[www.terranostra-ariege.com](http://www.terranostra-ariege.com)

[contact@terranostra-ariege.com](mailto:contact@terranostra-ariege.com)

*Ouvert toute l'année. Tous les jours. Pizzas à partir de 10 € ; plats à partir de 14 €. Chambres doubles de 70 € à 95 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Terrasse.*

Le Bellevue se situe en plein cœur de Tarascon. Ce restaurant agréable est le lieu de rencontre des touristes comme des habitués qui viennent boire un café, prendre l'apéro, découvrir les succulentes tapas ou goûter aux pizzas, viandes, poissons et un grand choix de fruits de mer qui sont sur la carte toute l'année. Plusieurs studios meublés y sont disponibles.



PYRÉNÉES - MÉDITERRANÉE

## DESTINATION ARIEGE

*Les motards, les cyclos, les montagnards, les chasseurs, les skieurs, les randonneurs, les pêcheurs... En balade, en étape, en famille, entre amis, en groupe. Un accueil particulier pour les amis de la septantaine avec dérogation, les « tamalous » et les « bobolas ». Contact Manou Gassiot*

*Bienvenus chez vous*



n° : IM009150003

*Organisation et animation pour séjour groupe et réveillon*

## L'Hostellerie de la Poste\*\*

Hôtel, Restaurant, Bar

16 avenue Victor Pilhes - 09400 TARASCON SUR ARIEGE

Tél. 05 61 05 60 41 - [hotellerie-de-la-poste@orange.fr](mailto:hotellerie-de-la-poste@orange.fr)

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



sa compagne Joëlle qui, par la même occasion, encaisse le prix unique du repas à l'entrée de l'établissement. Ensuite, vous n'aurez que l'embarras du choix. Nous ne sommes pas dans une formule illimitée qui croule sous les victuailles et la ripaille comme dans d'autres villes. Ici, l'accent est mis sur la qualité avant tout. Les produits sont frais, les grillades savoureuses et les plats proposés succulents. Les entrées et les desserts sont faits maison et, foi de renard qui s'en lèche les babines, on sent la différence. Excellente adresse futée !

### ■ HOSTELLERIE DE LA POSTE

16, avenue Victor-Pilhes

05 61 05 60 41

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

[hotellerie-de-la-poste@orange.fr](mailto:hotellerie-de-la-poste@orange.fr)



*Logis (1 cocotte). Ouvert toute l'année. Tous les jours le midi et le soir à partir de 18h. Menus de 18,80 € à 39 €. Menu enfant : 12 €. Menu étape : 14,50 €. Menu végétarien : 17,50 €. American Express, Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Jardin. Terrasse.*

Ce relais postal vous accueille pour un séjour dans l'une de ses chambres ou le temps d'un repas. Vous prendrez votre dîner dans une grande salle réchauffée par une imposante cheminée, ou sur une vaste terrasse couverte offrant une vue panoramique, en aplomb d'un jardin bordé par l'Ariège. Son ambiance au charme d'antan n'empêche pas le lieu de vivre avec son temps : ascenseur, wifi gratuit, isolation phonique dans les chambres... Au restaurant,

le chef vous suggère quelques spécialités : foie gras poêlé au muscat, magret de canard fourré au foie gras, cassoulet maison, *azinat* maison (plat typique de l'Ariège, à base de choux et de charcuterie de pays), agneau au four. Pour vous loger, vingt-cinq chambres rénovées, dont dix s'ouvrent sur un balcon donnant sur la vallée.

### ■ LA MANDOLINE

2, avenue de Sabart

05 61 05 15 75

*Fermeture annuelle du 23/12 au 02/01 inclus. Basse saison : ouvert le mardi midi de 12h à 13h30 ; du mercredi au dimanche de 12h à 13h30 et de 19h à 21h. Carte de 8,50 € à 16 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Terrasse. Située sur l'axe d'Andorre à deux pas de la gare, cette pizzeria décline tous les caractères de l'Italie. La Mandoline, c'est son nom et elle est là, présente par plusieurs aspects sur chaque mur ocre, jaune, orange assortis aux nappes qui rappellent un couche de soleil sur Naples. Tout en longueur, la salle se profile vers la cheminée où le pizzaiolo réalise en quelques gestes ces belles pâtes de formes bien évidemment ovales, et qui, tel un gondolier à la barre, manie la pelle comme une rame qui s'enfonce dans l'eau... puis enfourne ses pizzas toscane, napolitaine, sicilienne, romaine, paysanne ou végétarienne. On peut aussi leur préférer de délicieuses pâtes ou une escalope et un magret de canard. Une belle terrasse ombragée et un grand parking font un plus appréciable à cette bonne adresse où le service est rapide, l'accueil souriant et sympathique, l'ambiance conviviale.*



## LES SAVEURS DU MANOIR

RN 20

2, rue Saint-Roch

① 05 61 02 32 81 / 05 61 64 76 93 /

06 83 49 76 91 – [www.manoiragnes.com](http://www.manoiragnes.com)

*OUVERT toute l'année. Jours de fermeture : dimanche soir et lundi non férié. Du mardi au dimanche le midi ; du mardi au samedi le soir. Menus de 20 € à 52 €. Menu enfant : 12 €. Formule du midi : 16 €. Climatisation.*

On ne peut passer sans voir cette superbe bâtisse et son parc depuis la RN20 qui vous conduit (ou vous ramène) d'Andorre. Aux commandes du restaurant : Jean Carzola, qui n'a vraiment pas à faire ses preuves tant sa cuisine est un bonheur pour les papilles. Renard l'a déjà croisé au hasard d'autres établissements réputés Nous serons donc obligatoirement satisfaits. Les plats conjuguent raffinement, surprise et originalité. Vous dégusterez un feuilleté de sot-l'y-laisse de dinde à la crème de champignons ou cet original filet de pigeon et ris de veau aux morilles. Un cadre superbe et un chef de renom font de cette adresse exceptionnelle un établissement futé !

### ■ LE VIEUX CARRÉ

Place Sainte-Quitterie

① 05 61 05 08 30 – [www.levieuxcarre.fr](http://www.levieuxcarre.fr)

*OUVERT toute l'année. Du lundi au samedi de 12h à 14h (dernier service à 14h) ; le lundi et du mercredi au samedi le soir de 19h à 21h30 (dernier service à 21h30). Plat du jour : 8 € (grillade du jour : 8 €. Menu du jour : 15 €). Hamburger du Vieux Carré : 15 €. Terrasse. WiFi gratuit. Véritable institution ariégeoise. Florian Raspaud, actuel propriétaire, a succédé à son père qui avait succédé à son père qui avait succédé... Il est désormais accompagné de son épouse Lorraine. Depuis 1938, la restauration est dans leurs gènes ! Ce restaurant familial propose un voyage subtil mélange entre tradition et culture pyrénéennes. A l'intérieur, trois salles d'une capacité totale de 100 places, à l'extérieur, en été, pergola bio-climatique pouvant accueillir 200 personnes, un cadre agréable et sympathique, voilà pour l'essentiel du décor du restaurant, récemment rénové, situé au centre de la ville, à quelques mètres de la salle multimédia et à quelques minutes du « vieux » Tarascon. Parmi les plats proposés, l'intéressante ardoise du jour et des spécialités à base de morue. Les truites sont bio et viennent des Pyrénées. Le service est efficace et toujours agréable. L'établissement travaille à base de produits frais et régionaux. Le restaurant étant situé à quelques mètres de l'Espace François Mitterrand, l'été, de la terrasse, vous profitez de tous les concerts et des animations qui se déroulent à l'extérieur. Un lieu « carrément » à recommander.*

## Le gîte

### ■ LES CHALETS D'ARIGNAC

32, route de Foix

Arignac ① 06 08 80 68 09

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

*OUVERT toute l'année. Pour 5 personnes (52 m<sup>2</sup>, 2 chambres). De 250 € à 490 € la semaine selon saison. Chèque Vacances. WiFi. Salon de jardin, lave-linge.*

Voici quatre magnifiques chalets-gîtes en ossature bois, nouvellement repeints, avec une faible consommation d'énergie, une vue dégagée avec exposition au soleil. 52 m<sup>2</sup> chacun, 2 chambres, équipement tout confort, terrasse en bois, pelouse, accès personne à mobilité réduite, parking privatif. Spacieux, ces chalets superbement équipés et leur conception « verte » répondent aux valeurs de l'éco-tourisme et de l'habitat durable. Ils sont situés à la sortie du village d'Arignac, tout près de Tarascon sur Ariège et ils sont une invitation à découvrir ce merveilleux coin de la Haute-Ariège au cœur du Parc naturel régional.

### ■ HÔTEL CONFORT\*\*

3, quai Armand-Sylvestre

① 05 61 05 61 90

[www.hotel-tarascon-sur-ariege.com](http://www.hotel-tarascon-sur-ariege.com)  
[contact@hotelconfort-ariege.fr](mailto:contact@hotelconfort-ariege.fr)



*OUVERT toute l'année. 15 chambres (1 chambre pour handicapé). Chambre double de 45 € à 68 € ; chambre triple de 60 € à 70 €. Demi-pension. Petit déjeuner buffet : 8 €. Parking ouvert inclus (parking fermé 5 €. Garage fermé pour motos et vélos gratuit). Animaux acceptés (7 €). WiFi. Restauration. TV satellite.*

La convivialité de cet établissement est assurée par Françoise et Patrick qui l'ont repris depuis le début de cette année. Ce charmant petit hôtel de style familial « tout confort » et classé 2 étoiles peut accueillir de 1 à 4 personnes par chambre. Cet établissement, très calme, en bordure de l'Ariège, convient donc aussi bien pour des séjours en amoureux qu'en famille. De plus, il peut aussi accueillir des groupes touristiques, jusqu'à 36 personnes ou des professionnels en soirée-étape. La plupart des chambres donnent sur un patio très agréable avec un grand palmier trônant en son centre à l'ombre duquel vous pourrez prendre vos petits déjeuners dès les beaux jours. Quelques chambres ont vue sur la rivière Ariège et sur les montagnes environnantes. Avec son parking privé et son garage fermé pour vélos et motos, l'hôtel Confort sera le point de départ idéal pour toutes vos activités en Ariège ! Les repas de demi-pension se prennent dans les restaurants alentour. On se sent bien, à l'aise, bien loin de certains hôtels impersonnels. Nouveauté 2015 le côté bar dans le joli patio fleuri est ouvert toute la journée.

### ■ LE MANOIR D'AGNÈS\*\*\*

2, rue Saint-Roch

RN 20

① 05 61 02 32 81 / 05 61 64 76 93

[www.manoiragnes.com](http://www.manoiragnes.com)[hotel@manoiragnes.com](mailto:hotel@manoiragnes.com)

*OUVERT toute l'année. 15 chambres (1 chambre pour personne à mobilité réduite et 2 familiales). Basse saison : chambre double de 102 € à 112 € la nuit, de 117 € à 127 € la nuit ; chambre triple de 187 € à 207 €. Demi-*

pension : 36,50 €. Petit déjeuner : 10 € (continental). Lit supplémentaire : 27 € (enfant de moins de 12 ans). Soirée étape : 99 € (sauf samedi, dimanche et lundi). Wifi. Restauration (restaurant Les Saveurs du Manoir). Tv satellite.

Quel beau bâtiment ! Si vous ne l'avez pas vu, consultez. Un véritable manoir anglais au cœur de la Haute-Ariège. Disposant d'un parking privé, l'hôtel, 3 étoiles, est entouré d'un parc centenaire. Mais attention, si le cadre évoque les grandes années 1900, nous sommes tout de même au XXI<sup>e</sup> siècle et les chambres disposent de tout le confort et toutes les technologies modernes : ascenseur, wifi, climatisation, écran plat, etc. La rencontre de la tradition et de la modernité. Le manoir propose également un restaurant et quel restaurant ! Le chef Jean Carzola est aux commandes pour surprendre vos papilles. Superbe hôtel mais également un excellent restaurant.

## Chambres d'hôtes

### ■ LES FORGES D'ENFALITS

Chemin d'Enfalits

Rabat-les-Trois-Seigneurs

① +33 5 61 03 83 45

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

[forgesdenfalits@orange.fr](mailto:forgesdenfalits@orange.fr)

Ouvert toute l'année. Arrivée à partir de 16h, départ à 10h30. Arrivée à partir de 16h, départ à 10h30. 4 chambres (capacité : 10 personnes). Chambre double 78 €; chambre triple 95 €. Petit déjeuner inclus. Chambre 4 personnes : 115 €. Gite 4 personnes de 395 € à 695 € selon la saison. CB non acceptée. Chèque Vacances. Wifi gratuit. Restauration (table d'hôtes par personne 25 €). Bain bouillonnant, sauna. Gratuits.

C'est sur le site des anciennes forges de Rabat-les-Trois-Seigneurs, en bordure d'une rivière, sur une propriété de 4 ha, dans le parc naturel des Pyrénées ariégeoises que Régine et Gérard vous accueillent. Le site est magni-

fique. Les chambres Châtaigne, Myrtille, Blé sont toutes équipées de lits en 160, la chambre familiale Paprika composée de deux pièces, la première équipée d'un lit en 160, la seconde de deux lits en 90. Un grand salon avec cheminée et billard vous permettra de souffler avant d'attaquer la prochaine randonnée en consultant les riches livres de la bibliothèque ou en vous adonnant à un jeu de société. La cuisine est de style traditionnel et régional Sur place ping-pong et badminton pour les sportifs, pétanque et promenade dans le grand parc ombragé en bordure de la rivière. L'espace détente, sauna et SPA parachève ce lieu, où on se forge bonne forme et grand moral !

## Campings

### ■ YELLOH ! VILLAGE

LE PRÉ LOMBARD\*\*\*\*

Avenue de l'Ayroule

① 05 61 05 61 94

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

[leprelombard@wanadoo.fr](mailto:leprelombard@wanadoo.fr)



Fermé du 9 octobre au 5 mars. Terrain de 3,5 ha. 210 emplacements (sol : herbeux). Exposition : ombragé. Sol : herbeux. 5 sanitaires, 2 laveries, 1 local bébé. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 18 € à 41 €. Emplacement + véhicule + 2 personnes (avec 10 A) de 21 € à 46 €. Mobil-homes pour 1 à 4 personnes à partir de 273 € la semaine ; mobil-homes pour 1 à 6 personnes à partir de 343 € ; mobil-homes pour 1 à 8 personnes à partir de 413 € ; chalets pour 5 personnes à partir de 294 €. Tente meublée 4 personnes à partir de 217 €. Forfait randonneur de 8 € à 15 €. Véhicule supplémentaire : 5 € par nuit. Chèque Vacances. Club enfants. Jeux pour enfants. Salle de bains pour bébés. Animaux acceptés (5 € par nuit). Aire pour camping-cars. Connexion Internet. Wifi. Bain bouillonnant. Animations.

## Hôtel \*\*\*

### Le Manoir d'Agnès

15 chambres (dont 2 familiales) au confort contemporain. Climatisation, accès Internet, hamman, salle de séminaire.

② 05.61.02.32.81

[hotel@manoiragnes.com](mailto:hotel@manoiragnes.com)



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

Hôtel Rest « Le Manoir d'Agnès » - 2 rue St Roch 09400 TARASCON SUR ARIEGE

## Restaurant

### Saveurs du Manoir

Cuisine gastronomique

Menus de 15 € à 52 €

Menu enfant 12 € (-10 ans)

② 05.61.64.76.93.

[restaurant@manoiragnes.com](mailto:restaurant@manoiragnes.com)

Faisant partie de la chaîne Yelloh ! Village et situé dans un environnement naturel et préservé, entre rivière et montagne, ce camping 4 étoiles propose des emplacements spacieux et ombragés, plus de 3 hectares de verdure. Aux côtés des tentes, un quartier de mobile-homes, chalets bien-être et caravanes agencés tels de véritables « chez soi » de plein air. De mai à septembre, l'animation du camping vous propose des terrains multisports, un boulodrome, les club et aire de jeux pour les enfants, un club ado, des tournois sportifs, des soirées animées, de la magie, une ambiance cabaret, du karaoqué pour les moins timides, fête foraine... Pour les loisirs, vous barboterez dans la nouvelle piscine chauffée ou vous vous détendrez dans le spa. Une patinoire pour les tout petits et un bar piscine pour les plus grands ont également été aménagés cette année. Un bar, un bar à vin et le snack-pizzeria pour des plats régionaux à emporter. Pour les inconditionnels, la connexion Wifi est disponible dans tout le camping. Confort, ambiance exceptionnelle, accueil sympa bref, « S'y passos y demoros » : Si tu y passes, tu y demeures ! Un nouveau concept très futé ! Les week-ends « prêts à partir ». Les séjours prêts à partir de deux ou trois nuits, idéaux pour parents actifs, même les draps sont fournis ! Arrivée le vendredi soir, activités pour enfants et détente assurée pour les parents, prêts à partir ?

## Emplettes

### ■ HYPOCRAS

**1, chemin de la Croix-de-Quié**

⌚ +33 1 5 61 05 60 38

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

[info@hypocras.com](mailto:info@hypocras.com)

Ouvert du mardi au samedi de 15h à 19h.

Connaissez-vous le point commun entre la famille Séguélas de Tarascon-sur-Ariège, Henri IV, Gaston Phœbus et le Roi Soleil ? Un précieux breuvage artisanal, composé d'épices délicates et orientales : cannelle, cardamome, clous de girofle, pétales de rose et gingembre qui ont macéré dans un vin doux selon une recette digne des alchimistes. Cet apéritif se nomme Hypocras. Hypocras, comme Hippocrate, en effet cette boisson était utilisée au temps de Phœbus comme un tonique voire un aphrodisiaque ! Aujourd'hui cette délicieuse boisson, autre de se déguster en apéritif ou au dessert, s'accorde fort bien dans de nombreuses recettes. A découvrir également les bonbons parfumés à l'Hypocras, et la gelée, délicieuse avec le fromage. De nombreux chefs ariégeois ont incorporé ce nectar dans leurs recettes. C'est doux, c'est bon, c'est parfumé, c'est original, c'est 100 % naturel... C'est ariégeois.

### ■ LES TRÉSORS DE PYRÈNE

**6, avenue de la République**

⌚ 05 61 65 69 02

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

Ouvert du lundi au samedi.

Dix ans déjà que cette boutique nous émerveille par ses trésors. C'est le petit paradis de la gastronomie et de l'artisanat des Pyrénées. Une véritable grotte à prix doux où l'on trouve tout pour faire plaisir ou se faire plaisir. Dans cette magnifique et très accueillante

boutique, les trésors sont salés, sucrés, fruités ou réalisations d'artisans originaux et locaux. Poteries, sabots, savons, peignes en corne, pierres naturelles à aiguiseur, confitures, miel, vins, bières, apéritifs, foie gras, biscuits, bonbons, tout est fabriqué en Ariège ou dans les Pyrénées. Le savoir-faire de nos artisans et producteurs locaux est ici dans un écrin dédié entièrement à leur « art ». Cette boutique ne cesse de faire parler d'elle, par le choix qu'elle propose mais aussi par les tarifs pratiqués qui correspondent aux prix des producteurs.

## Marchés

### ■ MARCHÉ

*Ouvert le mercredi et le samedi de 7h à 13h.*

Le mercredi et le samedi matin. A voir, l'été, de beaux stands de fleurs.

## Dans les environs

### Alliat

#### ■ GROTTE DE LA VACHE

L'Oustal

⌚ 05 61 05 10 10

[www.grotte-de-la-vache.org](http://www.grotte-de-la-vache.org)

[info@sites-touristiques-ariege.fr](mailto:info@sites-touristiques-ariege.fr)



*Fermé du 1<sup>er</sup> septembre au 31 mars. Jours et heures de visite très compliqués... Voir sur leur site internet. Adulte : 7 €. Enfant (de 5 à 18 ans) : 4,50 €. Contacter. CB non acceptée. Visite guidée.*

Celle-ci se trouve, comme sa grande sœur la grotte de Niaux, dans la vallée du Vicdessos, à Alliat. Fouillée dès 1866 par le docteur Félix Garrigou, puis à partir de 1941 par Romain Robert, elle recèle un des plus importants gisements préhistoriques des Pyrénées. Les fouilles ont permis d'exhumier : 143 000 ossements et dents d'animaux, 36 000 silex taillés, 2 000 sagaies, 300 harpons en bois de renne, 300 aiguilles... La grotte de la Vache, ainsi dénommée à cause d'une grosse concrétion qui rappelle un bovidé, a servi d'habitat pendant toute la période de la préhistoire, des hommes du magdalénien (environ 13 000 ans avant J.-C.) jusqu'aux tribus de l'âge du bronze (3 000 ans avant J.-C.) en passant par les populations du néolithique (6 000 avant J.-C.). De remarquables pièces en os ou en bois de renne ont été trouvées dans cette grotte, gravées ou sculptées de motifs animaliers. Ces artistes extraordinaires ont laissé dans la Salle Monique ici plus d'une centaine d'œuvres d'art mobilier, gravures et sculptures sur os et bois de renne, réalisées par les premiers habitants connus d'une vallée de Haute-Ariège.

### ■ CAMPING DES GROTTES\*\*\*\*

Domaine de la Hille

⌚ 05 61 05 88 21

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

[info@campingdesgrottes.com](mailto:info@campingdesgrottes.com)



*Fermé du 16 octobre au 28 février. 67 locatifs. Exposition : mi-ombragé. Emplacement + véhicule + 2 personnes (avec*

# camping Des Grottes



**DE LIEUX EN LIEUX**



Aire camping car



Sauna



Piscine chauffée



Spa



Chalets  
Nuitée • WE  
Semaine

**Tél : 05 61 05 88 21 • Fax : 05 61 03 89 91**  
**www.campingdesgrottes.com - info@campingdesgrottes.com**  
**09400 ALLIAT • Vallée du Vicdessos**

16 A) de 18 € à 28 €. 3 chalets pour 6 personnes de 430 € à 845 € la semaine ; 2 chalets pour 8 personnes de 615 € à 1 375 € ; 2 chalets pour 4 à 5 personnes de 385 € à 830 € ; 1 chalet pour 2 personnes de 260 € à 680 € ; chalets pour 10 personnes de 680 € à 1 500 €. Animal 3 €. Holiday Cheques acceptés. Chèque Vacances. Jeux pour enfants. Salle de bains pour bébés. Wifi. Restoration. Vente. Bain bouillonnant, sauna. Animations.

Situé au cœur du parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises, le camping des grottes bénéficie de sa situation privilégiée dans un cadre naturel qui mêle quiétude et convivialité. Vous logerez dans votre tente, camping oblige, mais si vous préférez plus de confort, vous pourrez louer un chalet de 2 ou 3 chambres. Il y en même un qui peut accueillir 10 personnes ! Ces chalets sont cosy et dotés de tous le confort moderne (micro-ondes, réfrigérateur, cafetière, télévision, barbecue...). De nombreux services sont mis à votre disposition (épicerie, snack, bar, pizzeria, Wifi, laverie...). En été, espace aquatique avec piscine chauffée et, unique dans le département, des toboggans qui donnent directement dans le bassin. Nous sommes ici dans un camping d'ambiance familiale à échelle humaine pour des vacances relax.

## Bédeilhac

**MÉLANIE SAVÈS**  
**Lieu dit Bigorre**  
**06 85 42 17 88**  
**melanie.saves09@gmail.com**

Visites aux flambeaux dans la ville de Foix le mardi et le jeudi. Visite aux flambeaux de Roquefixade le mercredi. Visite aux flambeaux de la vieille ville de Tarascon le lundi. Visites de la vieille ville en journée à Tarascon le jeudi, les terrasses de. Haute saison : ouvert du lundi au jeudi à partir de 21h et à partir de 21h30. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 6 € (tarif nocturne. 8 € terrasses de Foix, 7 € route des corniches). Enfant (de 5 à 17 ans) : 3 € (tarif nocturne. 6 € terrasses de Foix). CB non acceptée. Visite guidée.

Il était une fois, à Foix ou ailleurs... Baladez-vous le nez au vent dans l'histoire du département. Des visites guidées à la découverte du riche patrimoine de nos Pyrénées et de l'Ariège avec une guide-conferencière, érudite et captivante, conteuse et auteur de chroniques et autre histoires locales. Toute l'année, partez à la découverte du château et de la ville de Foix, des églises romanes séculaires, des grottes fortifiées, des bastides et des cités, pour une rencontre avec le catharisme ou les petites histoires de nos villages... Les visites de l'été ont programmées par les offices de tourisme de Tarascon-sur-Ariège, Ax-les-Thermes, et Foix, en journée mais aussi en nocturne. Pour tout renseignement, contactez les offices concernés.

► **Nouveauté** : pour cette année, la création de visites théâtralisées. Une institutrice « rétro » des années 1900 raconte la vie telle qu'elle était il y a 100 ans dans un scénario teinté d'anecdotes locales. Une visite pour rêver et s'amuser du passé. Laissez Mélanie vous raconter des histoires...

### ■ GROUVE DE BEDEILHAC

① 05 61 05 95 06

② 05 61 05 13 15

[www.grotte-de-bedeilhac.org](http://www.grotte-de-bedeilhac.org)

[contactgrotte@club-internet.fr](mailto:contactgrotte@club-internet.fr)

Du 2 juin au 7 juillet sauf les lundis 4/11/18/25 juin : 2 visites à 14h et 16h Du 8 au 21 juillet : 5 visites à 10h30 (anglais), 14h, 15h, 16h et 17h Du 22 juillet au 19 août : 7 visites à 10h30 (anglais), 11h, 14h, 15h, 16h, 16h30 (anglais) et 17h Du 20. Adulte : 9 €. Enfant (de 6 à 13 ans) : 5,50 €. CB non acceptée.

La grotte de Bédeilhac a tout de même eu le privilège d'être classée monument historique très tôt depuis le 18 septembre 1929. Les découvertes préhistoriques réalisées au début du XX<sup>e</sup> siècle ont permis d'exhumier d'innombrables trésors du paléolithique supérieur, du néolithique et des âges du bronze et du fer. Cette immense grotte fut à la fois sanctuaire, habitat et lieu de sépulture pour les hommes durant près de 15000 ans. En 1972, s'opère dans la grotte ce qui va devenir une grande première mondiale ! Celui à qui l'on doit l'audacieux exploit, est un aviateur. Il va atterrir et décoller plusieurs fois à l'entrée de la grotte. Outre les visites classiques, les étés sont marqués par des animations artistiques : concerts de musique classique et expositions de peinture. En 2006 fut fêté le centenaire de la découverte des peintures de cette grotte. Par la grande richesse de son art mobilier, l'étonnante diversité des figures rupestres, la grande grotte préhistorique de Bédeilhac retrouve aujourd'hui sa place de site majeur dans la préhistoire Pyrénéenne.

## Capoulet-Junac

### ■ LA POMMERAIE

L'Espasses-Hameau

Capoulet et Junac

① 06 51 66 74 29

[www.chambre-dhote-gite-ariege.com](http://www.chambre-dhote-gite-ariege.com)

[contact@lapommmeraie-ariege.fr](mailto:contact@lapommmeraie-ariege.fr)



4 chambres. Chambre double de 50 € à 65 € ; chambre triple à partir de 80 €. Parking inclus. Taxe de séjour 0,65 € par nuitée et par personne. Wifi gratuit. Parking et garage cyclistes et motards.

Evelyne et Georges vous accueillent à la sortie du village de Capoulet et Junac entre la grotte de Niaux et Vicdessos dans leur maison d'hôtes et leur quatre chambres confortables aux noms fleuris : Iris, Capucine, Tournesol et Jasmin. Le jardin d'un hectare, ombragé par les pommiers, permettra détente et farniente au son du torrent, paradis des pêcheurs qui souhaiteront taquiner, non pas le goujon mais la truite. Les deux-roues sont les bienvenus, qu'ils soient en pédalier ou à moteur. Un garage leur est spécialement réservé. Les propriétaires sont également très attachés au respect de l'environnement et ont choisi pour chauffer leur belle demeure, une chaudière à granulés de bois et les eaux usées sont traitées par une micro-station d'épuration. Adresse agréable quelles que soient les saisons, au soleil de l'été ou sous la neige d'hiver.



## Gourbit

### ■ LE MOULIN DE L'ANGOUST

Le Village

① 05 34 14 61 42 / 06 08 00 73 22

Ouvert du mercredi au vendredi le midi de 12h à 13h30 et le soir de 19h à 21h ; le week-end le midi de 12h à 13h30 et le soir de 19h à 21h30. Menus de 15 € à 28 €. Accueil des groupes.

Vous ne manquerez pas cet établissement, c'est une maison aux volets rouges à l'entrée du village (quand on vient de Tarascon-sur-Ariège) qui se situe à 840 mètres d'altitude. Marie-Pierre et Luc Momas sont aux commandes pour nous proposer une cuisine traditionnelle, simple et copieuse avec un goût prononcé pour une présentation de qualité dans leur grande salle chaleureuses et sa belle cheminée. Luc est un Pyrénéen et cuisine à merveille la garbure, la blanquette de veau, le canard (en magret ou en foie gras). Le poisson n'est pas en reste et si vous le préférez à la viande, vous dégusterez un duo de poissons, une papillote ou des gambas et saint-jacques. Bien sûr, j'en vois au fond qui cherchent la langouste... L'Angoust est une rivière ! Restaurant charmant dans un village charmant.

## Niaux

### ■ GROUVE DE NIAUX

① 05 61 05 10 10

Voir page 10.



### ■ LA PETITE AUBERGE DE NIAUX

41, route du Montcalm

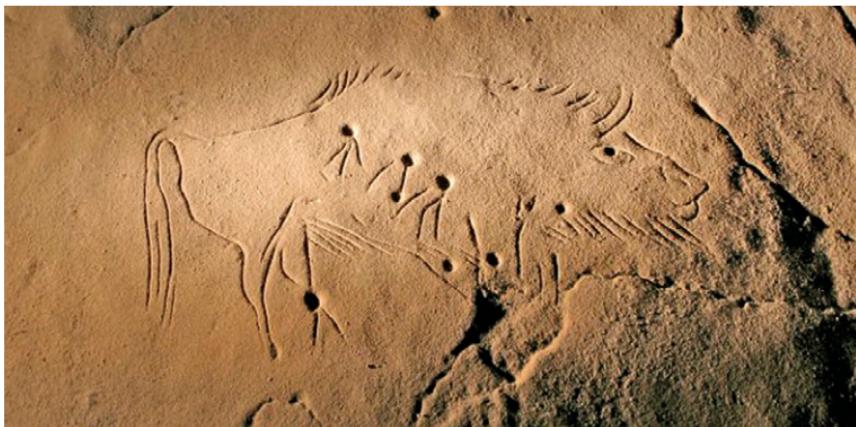
① 05 61 05 79 79 / 06 70 26 05 39

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

[auberge-de-niaux@wanadoo.fr](mailto:auberge-de-niaux@wanadoo.fr)

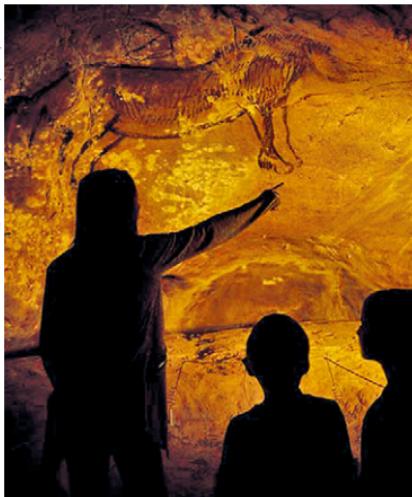
Fermé du 15 novembre au 1<sup>er</sup> avril. Ouvert du mardi au samedi le soir de 19h30 à 21h ; du mardi au dimanche et les jours fériés de 12h à 14h. Carte Bistrot de 14h à 16h en saison. Service jusqu'à 22h. Menus de 26 € à 50 €. Formule du midi : 15 € (entrée + plat ou plat + dessert). Entrée + plat + dessert 19,50 €. Chaises bébé. Jardin. Terrasse. Associé avec sa compagne Françoise, Georges Cecconi, professionnel de la restauration, a fait son apprentissage chez la très réputée Auberge de Nove à l'apogée de Baucuse, Berger et Beaumanière. Il est revenu au pays après plus de 20 ans passés au Québec où il a notamment travaillé au Saint-Tropez, le meilleur restaurant de Montréal. Cette contrée d'Ariège est pour lui un petit Québec. Parmi les spécialités, il faut noter la crème d'ortie, les tripettes d'agneau à la façon du chef, la quenelle à l'ancienne à la truite ariégeoise safranée, le salpicón truffé, cuit dans son velouté. Ici on privilégie les produits du terroir local, d'ailleurs tous les producteurs sont indiqués au dos de la carte. Les desserts et les vins sont au diapason de cette excellente table qui a bien mérité les honneurs et prix décernés. La salle est chaleureuse et conviviale grâce à ses pierres apparentes dans un style rustique et campagnard. Une excellente adresse ariégeoise. Possibilité de séjourner sur place en chambres d'hôtes, avec 5 chambres proposées ainsi qu'un spa et un sauna.

## GROTTE DE NIAUX ★★★



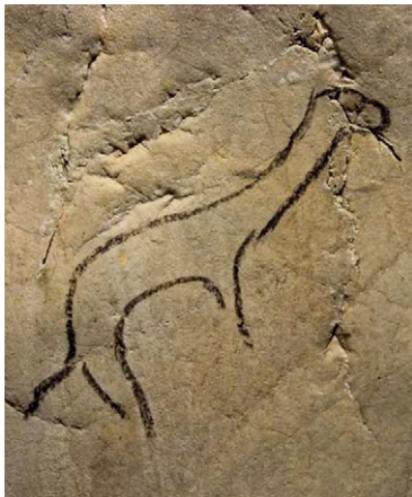
*Le bison aux cupules est gravé à terre dans la galerie profonde, partie de la grotte de Niaux habituellement interdite au public.*

© SITES TOURISTIQUES ARÈGE/SESTA DEMOULIN KANN AUTHIER



*Peinture pariétale à l'intérieur de la grotte de Niaux.*

© SITES TOURISTIQUES ARÈGE/SESTA DEMOULIN KANN AUTHIER



*Peinture pariétale de la grotte de Niaux représentant une belette, d'une longueur de 46cm.*

© SITES TOURISTIQUES ARÈGE/SESTA DEMOULIN KANN AUTHIER



*Bouquetin des Pyrénées peint en époque Magdalénienne à l'intérieur de la grotte de Niaux.*

© SITES TOURISTIQUES ARÈGE/SESTA DEMOULIN KANN AUTHIER

## Ornlac-Ussat-les-Bains

Cette station thermale connaît un âge d'or du temps où Louis Bonaparte, roi de Hollande et frère de Napoléon I<sup>e</sup>, le poète Lamartine, le peintre Descamps ainsi que Madame Lafarge, née Marie Capelle venaient prendre les eaux. La célèbre empoisonneuse du XIX<sup>e</sup> siècle passa, en effet, ses derniers jours à Ussat-les-Bains, y mourut le 7 septembre 1852 et fut inhumée au cimetière d'Ornlac. Son tombeau fut un véritable lieu de pèlerinage sous le Second Empire. Au XVII<sup>e</sup> siècle, sous l'impulsion du baron Louis de Fraxine, les Eaux d'Ussat établirent leur renommée. Elle a retrouvé, aujourd'hui, toute sa vitalité. A une altitude de 485 mètres, cette station bénéficie d'un climat ensoleillé et particulièrement propice au repos. Les eaux d'Ussat, riches en précieux éléments minéraux, agissent sur les troubles psychosomatiques comme le stress, l'anxiété, les insomnies, les migraines, la spasmophilie mais soignent également les affections neurologiques et les troubles gynécologiques. Les thermes proposent aussi un programme de remise en forme que vous pouvez suivre dans un objectif de prévention, ou tout simplement « pour le plaisir ». Que vous soyez skieur, randonneur, ou que vous souhaitiez seulement vous ressourcer le temps d'un après-midi ou plus, vous apprécierez les prestations proposées par les Thermes de la forme, sans prescription médicale, de 16h à 20h et du lundi au samedi : bains bouillonnants, douches au jet, modelages aux huiles essentielles, aquagym, sophrologie – relaxation...

► Site Internet : [www.thermes-ussat.com](http://www.thermes-ussat.com)

► E-mail : [thermes.ussat@wanadoo.fr](mailto:thermes.ussat@wanadoo.fr)

### ■ DOMAINE THERMAL D'USSAT

**9, rue des Thermes**

⑩ +33 5 61 02 20 20

[www.thermes-ussat.fr](http://www.thermes-ussat.fr)

[contact@thermes-ussat.fr](mailto:contact@thermes-ussat.fr)

Centre Thermal ouvert de fin mars à fin novembre. Hôtel Thermal du Parc et Résidence Napoléon avec établissement thermal intégré et relié par ascenseur. Mini-cure libre à partir de 103,10 €. Modelage à partir de 34 €.

Situés au cœur de la vallée de l'Ariège, les thermes d'Ussat-les-Bains sont entourés d'un vaste parc boisé sur les rives de l'Ariège. L'établissement est réputé pour les vertus antispasmodiques et sédatives de ses eaux, idéales pour le traitement des maladies psychosomatiques liées au stress ainsi que certaines maladies neurologiques telles que la maladie de Parkinson. Depuis plusieurs années, la station organise des stages éducatifs pour les malades parkinsoniens et leurs conjoints, à base de gymnastique

en piscine thermale, d'ateliers de psychomotricité, de sophrologie, d'activités culturelles et artistiques et de discussions avec des spécialistes autour de cette maladie. Insomnies, anxiété, états dépressifs, spasmophilie, dystonies thyroïdiennes, troubles de la ménopause et du cycle sont également soignés à Ussat grâce à l'action de ses eaux sur le système nerveux, ce qui a permis de développer, en plus des cures médicalisées, des séjours courts spécialement axés sur la détente et l'anti-stress. La cure anti-stress permet à travers des soins d'eau thermale de lutter efficacement contre les effets négatifs du stress accumulé tout au long de l'année, mais aussi d'apprendre à gérer celui-ci au quotidien. Des séjours détente, des forfaits et des abonnements sont aussi proposés permettant à chacun d'adapter un programme à son rythme et à son budget et de bénéficier des bienfaits de l'eau thermale. On trouve notamment parmi ces soins des bains bouillonnants aux huiles essentielles, des modelages sous affusions, des cataplasmes d'argile, de la sophrologie et des modelages, comme l'énergétique chinoise ou la médecine ayurvédique. A noter que la capacité d'hébergement des thermes, sa restauration, ses salles de réunion et son environnement permettent de combiner séances de travail et de bien-être pour les séminaires. Cures agréées en neurologie, affections psychosomatiques et gynécologie. Prestations de bien-être, détente et esthétiques à la carte.

## Surba

### ■ KYMAYA PARAPENTE

**3, chemin du Rouy**

**Mercus-Garrabet**

⑩ +33 6 25 79 16 51 / 06 25 79 16 51

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

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

Ouvert toute l'année. De 10h à 19h. Journée découverte : 150 €. Stage 4 jours : 390 €. Baptême découverte : 70 €.

La philosophie de Kymaya est de former des pilotes éveillés à leur pratique et épanouis dans cette activité qui est plus qu'un sport. Cette école de la Fédération Française de vol libre vous propose des baptêmes et des stages de parapente. Programmez vos vacances afin de découvrir la sensation extraordinaire de se déplacer au dessus du sol, de survoler les montagnes, de découvrir l'Ariège depuis les airs. Constituée de moniteurs diplômés d'Etat Kymaya, Hélion Carli et Franck Chereau, passionnés de montagne, vivent et pratiquent leur activité favorite pour votre plus grand plaisir. Une activité qui est l'aboutissement du « rêve d'Icare » et qui offre à qui le désire « une paire d'ailes » pour mener à bien ses rêves de liberté.

# ORGANISER SON SÉJOUR

Château de Foix.

© Morandi Bruno



# SE RENDRE EN ARIÈGE

## Bienvenue à la ferme

Ce label est idéal pour qui veut découvrir les fermes dans toute leur splendeur. Du producteur qui vous vendra ses récoltes de fruits ou de légumes, à la table d'hôte qui vous fera découvrir les saveurs de son territoire avec les produits de son jardin, pour dormir, camper où être accueilli chez l'habitant amoureux de son terroir, il y a forcément un établissement labellisé qui correspondra à vos besoins, désirs et attentes.

### En avion

#### ■ AÉROPORT INTERNATIONAL DE TOULOUSE BLAGNAC

CS 90103

Aéroport de Toulouse-Blagnac  
BLAGNAC

① 08 25 38 00 00 / 01 70 46 74 74

[www.toulouse.aeroport.fr](http://www.toulouse.aeroport.fr)

[ce.atb@toulouse.aeroport.fr](mailto:ce.atb@toulouse.aeroport.fr)

Tramway T1, arrêt Aéroport.

Ouvert tous les jours et les jours fériés. Accueil information dans le hall C, ouvert du lundi au samedi de 5h30 à minuit et le dimanche de 6h à minuit.

L'aéroport international de Toulouse-Blagnac est le sixième aéroport de France. En 2016, il a franchi le cap des huit millions de passagers, essentiellement grâce à son offre *low cost* ! Les compagnies EasyJet, Air France et Volotea y ont établi une base opérationnelle, et Ryanair s'y est implantée. En 2017, l'aéroport a entrepris divers chantiers d'agrandissement et d'aménagement qui devraient aboutir en 2018 : nouvelle jetée d'embarquement, nouvel espace commercial et nouvel hôtel 4 étoiles. Attention, avant de vous envoler, pensez à préparer

l'ensemble de vos bagages pour faciliter le contrôle sécurité, particulièrement minutieux. N'hésitez pas à vous rendre sur le site de l'aéroport pour connaître les dernières consignes. Dans tous les cas, pensez à arriver en avance et à limiter le nombre de vos bagages en cabine. Porte ouverte vers de nombreuses destinations en vol direct, l'aéroport international de Toulouse-Blagnac est le point de départ de virées et de découvertes tous azimuts !

#### ■ AÉROPORT DE CARCASSONNE

SUD DE FRANCE

CARCASSONNE

① 04 68 71 96 46

[www.aeroport-carcassonne.com](http://www.aeroport-carcassonne.com)

[aeroport.carcassonne@transdev.com](mailto:aeroport.carcassonne@transdev.com)

Accès : A 61 sortie n° 23 - Carcassonne-ouest.



*Wifi, location de véhicules,, parking, taxis, navettes, boutiques, restauration.*

La compagnie aérienne low cost Ryanair assure les destinations habituelles desservies depuis Carcassonne : Charleroi-Bruxelles, Londres Stansted, Liverpool, East Midlands et Dublin (vols hebdomadaires toute l'année), ainsi que les liaisons spécifiques à la haute saison telles

© PHOVOR



Les toits de Pamiers.



© daniel hughes - Adobe Stock

Ax-les-Thermes.

que Porto (Portugal), Cork (Irlande), Glasgow (Ecosse), et Eindhoven (Pays-Bas) Oran (Algérie). Des navettes assurent les liaisons entre les aéroports et les centres-villes. Pour la desserte de Carcassonne-ville voir la rubrique « Navette aéroport ». Parking payant. Possibilité de restauration sur place, espace bar-snack.

## En train

### ■ GARE D'AX-LES-THERMES

**Av Théophile Delcasse**  
**AX-LES-THERMES**

05 61 64 20 72

[www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)

Ouvert du lundi au vendredi de 5h à 22h ; le week-end et les jours fériés de 5h50 à 22h.

### ■ GARE DE FOIX

**17, avenue Pierre Sémard**  
**FOIX**

08 91 67 68 69

[www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)



Ouvert le lundi de 5h40 à 12h35 et de 14h15 à 21h10 ; du mardi au vendredi de 6h55 à 21h10 ; le samedi de 9h55 à 18h10 ; le dimanche de 14h25 à 22h20. Ouverture du guichet Pastel du lundi au vendredi de 9h à 12h. A noter un distributeur de titres de transport TER uniquement.

### ■ GARE DE PAMIERS

**PAMIERS**

05 61 67 00 85

[www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)



Ouvert le lundi de 5h55 à 19h40 ; du mardi au vendredi de 8h30 à 19h40 ; le samedi de 8h15 à 19h40 ; le dimanche de 8h10 à 13h10 et de 15h à 19h40. A noter un distributeur de titres de transport TER uniquement.

## Par la route

### En voiture

Une seule et unique autoroute à péage dessert l'Ariège, justement nommée l'Ariégeoise, de Villefranche de Lauragais à Pamiers. Une route à quatre voies la prolonge jusqu'à Tarascon-sur-Ariège. Le tunnel de Foix permet d'éviter la traversée de la cité comatale qui était un véritable clavaire l'été ou en période de ski. Un chantier est en cours pour le contournement d'Ax-les-Thermes mais ça dure, ça dure...

### ■ CENTRE D'INFORMATION DES AUTOROUTES

01 47 05 9 01 / 08 92 68 10 77

107.7 mhz

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

Pour établir un budget voyage ou éviter les détours inutiles, tous ces services vous permettent de définir un itinéraire et de calculer son coût. Ils donnent également des informations en temps réel sur le trafic routier et la météo.

## Distances et routes depuis Foix

► **Paris** : 760 km (A6 - A20 - A62 - A66).

► **Bordeaux** : 318 km (A62 - A66).

► **Toulouse** : 87 km (A61 - A20 - A66).

► **Limoges** : 374 km (A20 - A62 - A66).

► **Angoulême** : 345 km (A62 - A61 - A66).

► **Brive** : 497 km (A20 - A61 - A66).

► **Agen** : 190 km (A62 - A66).

# CIRCULER EN ARIÈGE

## En voiture

### ■ AVIS

Aéroport international

de Toulouse-Blagnac

Avenue de Rome

BLAGNAC

④ 08 21 23 07 60

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

Avis est un loueur de voitures, mais pas seulement ! Au-delà de la seule location de voiture, les agents d'Avis vous conseillent et vous renseignent sur le choix du véhicule, des services, des accessoires et des assurances. De la simple réservation d'une journée à la location de plusieurs semaines, Avis s'engage sur de nombreux critères de qualité.

Son offre propose un large choix de véhicules depuis le modèle économique jusqu'à la voiture de prestige : petites citadines, berlines équipée, 4x4, utilitaires, cabriolets... L'enseigne bénéficie d'un système de réservation rapide et efficace.

### ■ ADA

6, route de Foix

PAMIERS

④ 05 61 68 38 38

Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 18h ; le samedi de 8h à 12h et de 14h à 18h.

ADA est le leader français de la location de voitures de proximité. Le loueur propose la plus importante sélection de véhicules de tourisme de grandes marques (Renault, Peugeot, Mercedes...), disponibles dans un réseau de plus de 480 agences. Tous les modèles sont disponibles, pour tous les budgets : de la citadine compacte pour les vacances à deux au monospace pour les longs séjours en famille, sans oublier les cabriolets

ou 4x4 pour l'aventure... Les agences sont présentes dans l'ensemble des grands aéroports, les gares, les moyennes et grandes villes.

### ■ EUROP CAR

Station Total

1, avenue De Toulouse

PAMIERS

④ 05 61 67 06 15

Ouvert du lundi au samedi de 7h à 20h.

De la petite citadine aux voitures de luxe, minibus, camionnettes et fourgonnettes, Europcar dispose d'un vaste choix d'options de location. Depuis 60 ans, cette compagnie est spécialiste dans la location de voitures et véhicules utilitaires dans 365 agences en France et dans plus de 3 835 destinations à travers le monde, et est réputé pour sa qualité de service incomparable.

## En bus

### Autocaristes

De nombreuses lignes de bus sillonnent le département, reliant les principales agglomérations mais également Toulouse. Pour obtenir plus d'informations sur les villes desservies ainsi que les horaires, rendez-vous sur le site internet du Conseil départemental de l'Ariège ([www.ariege.fr/Se-deplacer/Transports](http://www.ariege.fr/Se-deplacer/Transports)).

### ■ CAP PAYS CATHARE

④ 05 61 66 08 87

Exploitation des lignes : Lavelanet – Foix ; Lavelanet – Saverdun ; Massat – Saint-Girons ; Fougax-Bélesta – L'Aiguillon – Lavelanet ; Chalabre – Lavelanet.

### ■ CARS DUSSE RT MAZERES

Exploitation des lignes : Mazères – Montaut – Pamiers ; Mazères – Les Pujols – Pamiers.

### ■ CARS EMILE RIVES

[www.christian.rives.free.fr](http://www.christian.rives.free.fr) – [carsrives@fr.st](mailto:carsrives@fr.st)

Exploitation des lignes : Seintein – Saint-Girons ; Saint-Lary – Saint-Girons.

### ■ LIEURE AUTOCARS

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

[transport-lieures-nathalie@wanadoo.fr](mailto:transport-lieures-nathalie@wanadoo.fr)

Exploitation des lignes : Saurat – Tarascon-sur-Ariège – Foix.

### ■ AUTOCARS DENAMIEL

④ 05 61 66 24 37

[www.voyages-denamiel.com](http://www.voyages-denamiel.com)

[voyagesdenamiel@wanadoo.fr](mailto:voyagesdenamiel@wanadoo.fr)

Exploitation des lignes : Serres-sur-Argent – Foix ; Saint-Girons – Foix ; Guzet – Ustou – Seix – Saint-Girons ; La Bastide-de-Besplas – Saint-Girons.

## Distances entre les villes principales

Distances depuis Foix :

► Mirepoix : 40 km.

► Lavelanet : 27 km.

► Pamiers : 25 km.

► Saint-Girons : 43 km.

► Tarascon-sur-Ariège : 18 km.

► Ax-les-Thermes : 43 km.

► Pas-de-la-Case (Andorre) : 73 km.

# POUR AIDER LES PLUS PAUVRES, JE CHOISIS D'AGIR AVEC EUX



**FAITES UN DON**

[secours-catholique.org](http://secours-catholique.org)

**BP455-75007 PARIS**



caritasfrance Secours Catholique-Caritas France



**ENSEMBLE,  
CONSTRUIRE  
UN MONDE JUSTE  
ET FRATERNEL**

# S'INFORMER SUR L'ARIEGE

## Médias

### Presse écrite

#### ■ LA DÉPÈCHE DU MIDI

**FOIX**

④ 05 61 05 45 00

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

[redaction09@ladepeche.fr](mailto:redaction09@ladepeche.fr)

Ouvert toute l'année.

C'est évidemment le quotidien de l'Ariège, c'est aussi le seul depuis plus de cent ans. Plus qu'un journal, c'est une institution, une habitude. En dehors des informations nationales et régionales, plusieurs pages sont consacrées à l'Ariège : spectacles, faits divers, politique, petites infos ou grands événements. Indispensable pour savoir ce qui se passe au quotidien.

Le site Internet reprend également quelques articles locaux. Sur abonnement, accès à des reportages et aux vidéos en ligne.

#### ■ LA GAZETTE ARIÉGEOISE

④ 05 61 02 91 72

[www.gazette-ariegeoise.fr](http://www.gazette-ariegeoise.fr)

Ouvert toute l'année.

Créé le 26 octobre 1944, c'est un hebdomadaire d'information général et d'annonces légales. Economie, sports, culture, terroir, éducation, gastronomie, histoire en sont les principales rubriques. C'est véritablement la voix incontournable de l'Ariège. Un site web et une application iPhone afin de rester proche de ceux qui ont abandonné le papier au profit du tout numérique. L'Ariège a encore des médias libres et indépendants, nous devons les soutenir.

## Radio

#### ■ FUN RADIO 105.9

④ 05 61 58 85 09

[www.funradio.fr/sujet/toulouse](http://www.funradio.fr/sujet/toulouse)

[yann2fun@hotmail.fr](mailto:yann2fun@hotmail.fr)

Fréquence FM 105.9.

La célèbre radio dédiée au son *dancefloor* prend tous les jours ses quartiers dans la ville rose entre 12h et 16h : quatre heures entièrement pilotées par Ethan, en direct de Toulouse. Tout au long de la journée, les actualités locales sont assurées par Juliette. Une façon pêchue de connaître les dernières actus musicales de la région, mais aussi de remporter des cadeaux, dans les centres commerciaux environnants par exemple, avec le Smash Fun.

Du lundi au vendredi, à 11h40, 17h40, 20h40, 21h40 et, dernier carat, 22h40, vous pourrez prendre connaissance de l'actualité de vos soirées. Les bons plans de la région vous sont révélés toute la semaine à 10h40,

16h40, 18h40 et 19h40 et plus fréquemment encore le samedi. Un précieux allié planifier pour vos sorties et vos soirées !

## Télévision

#### ■ FRANCE 3

**Chambre d'agriculture**

**32, avenue du Général-de-Gaulle**

**FOIX**

④ 05 62 23 99 31

[www.france3.fr](http://www.france3.fr)

[foix@france3.fr](mailto:foix@france3.fr)

L'antenne ariégeoise de France 3 Sud a été inaugurée en juin 2008, en présence de nombreuses personnalités dont notamment Martin Malvy, président du Conseil Régional de Midi-Pyrénées, d'Augustin Bonrepaux, président du Conseil Général de l'Ariège et du directeur régional de France 3.

Avec ce site ariégeois, France 3 a inauguré son 100<sup>e</sup> bureau permanent. Le célebrissime Pascal Dussol, l'enfant du pays, journaliste-reporter d'images et joueur d'accordéon, couvre, au plus près du terrain, l'actualité de l'Ariège et de l'Andorre. Des équipements techniques et informatiques de la toute dernière génération assurent une transmission de très haute qualité et un studio aménagé dans ces lieux permet des duplex, en direct ou en différé. On savait que l'Ariège produisait des hommes et du fer, désormais elle produira des images.

#### ■ RMC DÉCOUVERTE

④ 01 71 19 11 91

[www.rmcdecouverte.bfmtv.com](http://www.rmcdecouverte.bfmtv.com)

Chaîne thématique diffusée en HD dédiée aux documentaires dont la programmation repose sur des soirées thématiques en première et seconde partie de soirée : aventure, animaux, sciences et technologies, histoire et investigations, automobile et moto, mais également voyages, découverte et art de vivre.

## Internet

#### ■ AZINAT.COM

④ 05 34 01 53 86

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

[redaction@azinat.com](mailto:redaction@azinat.com)

Un site d'information, dont la notoriété n'est plus à démontrer, qui s'est spécialisé dans l'information culturelle et festive. On trouvera également des informations plus diverses.

Sa vocation est avant tout de réunir tous les Ariégeois territoriaux ou expatriés. Un site incontournable pour qui veut savoir ce qu'il se passe dans le département pour « tous les Ariégeois de cœur, d'origine et d'adoption ».

# FRÉQUENCES RADIO EN ARIÈGE

187

Les principales radios nationales émettent sur le département mais leur fréquence peut changer d'une vallée à l'autre. Pour qui n'a pas une radio RDS, qui s'adaptera seule à la qualité de l'émetteur, voici la liste des fréquences dans le département, cela vous évitera de « zapper » pour continuer à écouter votre émission favorite :

- ▶ **100 %** : Foix 91.6 mhz.
- ▶ **Europe 1** : Pamiers 93.3 mhz, Foix 106.5 mhz, Saint-Girons 94.3 mhz, Ax-les-Thermes 90.4 mhz.
- ▶ **France Culture** : Pamiers 92.4 mhz, Foix 101.2 mhz, Saint-Girons 99.6 mhz, Ax-les-Thermes 101.2 mhz.
- ▶ **France Info** : Pamiers 105.7 mhz, Foix 105.2 mhz.
- ▶ **France Inter** : Pamiers 100.7 mhz, Foix 96.1 mhz, Saint-Girons 93.9 mhz, Ax-les-Thermes 97.5 mhz.
- ▶ **France Musique** : Pamiers 102.9 mhz, Foix 91.2 mhz, Saint-Girons 89.2 mhz, Ax-les-Thermes 88.1 mhz.
- ▶ **Fun Radio** : Pamiers 97.6 mhz, Foix 98.7 mhz.
- ▶ **Jazz Radio** : Pamiers 103.3 mhz.
- ▶ **La Locale** : Saint-Girons 97.3 mhz.
- ▶ **Nostalgie** : Pamiers 92.0 mhz, Saint-Girons 96.7 mhz, Ax-les-Thermes 105.7 mhz.
- ▶ **NRJ** : Foix 95.4 mhz.
- ▶ **RFM** : Tarascon-sur-Ariège 106.1 mhz.
- ▶ **RMC INFO** : Ax-les-Thermes 95.1 mhz, Tarascon-sur-Ariège 88.8 mhz.
- ▶ **RTL** : Foix 101.6 mhz, Ax-les-Thermes 104.4 mhz.
- ▶ **Skyrock** : Foix 99.9 mhz, Saint-Girons 104.1 mhz, Ax-les-Thermes 106.9 mhz.
- ▶ **Sud Radio** : Pamiers 90.3 mhz, Foix 103.7 mhz, Saint-Girons 88.5 mhz, Ax-les-Thermes 103.0 mhz.

## ■ PYRÉNÉES FM

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

Ouvert toute l'année. *Tous les jours.*

En juin 2015, la célèbre Radio Montaillou est devenue Pyrénées FM. Pour la petite histoire, en 2004, à Montaillou, le village occitan cher à Emmanuel Le Roy Ladurie, naissait une radio libre, « Radio Montaillou Pyrénées », la radio des vallées. L'objectif premier de son fondateur, Jean Clergue, maire du village, était de participer concrètement par l'information de proximité et les échanges culturels au désenclavement des vallées. La radio permet peu à peu de répondre à une demande croissante de diffusion d'informations pratiques ou de services et de rompre l'isolement en Ariège, dans l'Aude, en Haute-Garonne, dans les Pyrénées-Orientales et en principauté d'Andorre grâce à 12 émetteurs permettant d'atteindre 60 000 auditeurs. Sa ligne éditoriale suit 3 axes principaux : une programmation musicale multicultu-

relle, variée et populaire, un ancrage profond dans la culture pyrénéenne et le soutien aux cultures occitanes et catalanes et, enfin, le contact et la proximité dans le territoire pyrénéen.

## ■ RADIO COUSERANS

© 05 61 66 21 00

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

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

Ouvert toute l'année.

RDC, la radio du Couserans, lien entre tous les Couserannais, ce n'est pas un slogan mais bel et bien un objectif pour l'ensemble de l'équipe. Cette radio est là, contrairement aux radios nationales, pour parler de tout le Couserans, le faire vivre et donner la parole au plus grand nombre, et en toute modestie et participer au rapprochement de toutes les vallées de ce beau pays. Possibilité d'écouter la radio en *streaming* sur internet. Fréquences hertziennes : 94.7 FM Saint-Girons, Bas-Salat. 90.7 FM Bas-Salat et Comminges. 105.2 FM Castillon, Sentein, Saint-Lary et 99.2 FM Haut-Salat, Guzet, Massat.

## ■ RADIO OXYGÈNE

© 05 61 60 08 09

[www.mjcpamiers.com/oxygene-fm.html](http://www.mjcpamiers.com/oxygene-fm.html)

[info@oxygenefm.com](mailto:info@oxygenefm.com)

Ouvert toute l'année.

Oxygène FM est une radio associative créée en 1985, sous le nom Radio 9 elle est devenue Oxygène FM en 1993. Elle couvre notamment la vie locale et culturelle de Pamiers et de l'Ariège, dans son ensemble. Des *flash info* vous permettent également, toutes les heures, d'être informés de ce qui se passe en France et dans le monde. La grille de programmes est par ailleurs ponctuée de nombreuses émissions animées par toute une équipe composée de bénévoles et d'une animatrice radio professionnelle. Fréquences 94,2 MHZ et 107 MHZ.

## ■ RADIO TRANSPARENCE

Espace Olivier Carol

Avenue du Général de Gaulle

FOIX

© 05 61 65 50 00 / 05 61 02 66 11

[www.radio-transparence.org](http://www.radio-transparence.org)

[redaction.transparence@wanadoo.fr](mailto:redaction.transparence@wanadoo.fr)

Ouvert toute l'année.

Créée en 1990, cette radio associative non commerciale, 100 % libre, éclectique, sans pub, privilégie la promotion des artistes en développement et les initiatives ariégeoises. Vous pouvez l'écouter en Ariège sur les fréquences suivantes : 93.7 MHZ en Ariège, 107.0 MHZ à Foix, 95.0 MHZ à Pamiers, 93.6 MHZ en vallées d'Ax. Elle est composée de 70 adhérents et fonctionne grâce aux bénévoles et aux salariés. Elle produit 95 % de ses programmes. C'est ce que l'on appelait, et que l'on appelle toujours une radio libre !

# INDEX

## A

ABBEY DE COMBELONGUE (RIMONT) .....	150
AIGUES-VIVES .....	109
ALLIAT .....	176
ALZEN .....	70
ARRIEN-EN-BETHMALE .....	79
ARTIGAT .....	102
ASCOU .....	65
ASTON .....	76
AU PAYS DES TRACES (SAINT-LIZIER) .....	162
AUDRESSEIN .....	79
AULUS-LES-BAINS .....	50
AUZAT .....	52
AXIAT .....	114
AX-LES-THERMES .....	56

## B

BALAGUERES .....	79
BARRI – MAISON DES PATRIMOINES (LE) .....	52
BASTIDE-DE-SEROU (LA) .....	67
BASTIDE-SUR-L'HERS (LA) .....	109
BAULOU .....	98
BEDEILHAC .....	177
BELESTA .....	72
BETHMALE .....	79
BIROS (ÉGLISES DU) (SENTEIN) .....	171
BOSC (LE) .....	99

## C

CABANNES (LES) .....	73
CALVAIRE DE RAYNAUDE (LE MAS-D'AZIL) .....	116
CAMON .....	130
CAPPOULET-JUNAC .....	178
CARLA-BAYLE .....	76
CARRIÈRE DE TALC DE TRIMOUNS .....	114
CASTELNAU-DURBAN .....	72
CASTILLON-EN-COUSERANS .....	78
CATHÉDRALE SAINT-ANTONIN (PAMIERS) .....	135
CEDRE (LE) (CARLA-BAYLE) .....	77
CHAPELLE SAINT-PIERRE (CASTILLON-EN-COUSERANS) .....	78
CHÂTEAU DE FOIX .....	80

*Le Code de la propriété intellectuelle et artistique n'autorisant, aux termes des alinéas 2 et 3 de l'article L.122-5, d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayant cause, est illicite » (alinéa 1er de l'article L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, tout comme le fait de la stocker ou de la transmettre sur quelque support que ce soit, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L 335-2 et suivants du Code de la Propriété intellectuelle.*

CHÂTEAU DE MONTRÉAL DE SOS .....	52
CHÂTEAU DE SEIX .....	168
CLOître ROMAN (SAINT-LIZIER) .....	161
COUTENS .....	130

## D

DAUMAZAN .....	117
DOLMENS (LES) (LE MAS-D'AZIL) .....	116
DOMAINE DES OISEAUX (MAZERES) .....	118
DUN .....	132
DURAN-SUR-ARIZE .....	99
DURFORT .....	104

## E

ÉCOMUSÉE LA GRANGE DU BAMALOU .....	78
ÉGLISE DE SAINT-LIZIER –	
ANCIENNE CATHÉDRALE (SAINT-LIZIER) .....	161
ÉGLISE FORTIFIÉE (SENTEIN) .....	171
ÉGLISE SAINT-VOLUSIEN ET SA PLACE (FOIX) .....	82
ÉGLISES DU BIROS (SENTEIN) .....	171
ERCE .....	169

## F

FABAS .....	154
FERME DES REPTILES (LA BASTIDE-DE-SEROU) .....	68
FOIX .....	80
FONTAINE DE FONTESTORBES .....	72
FORTIFIÉE (ÉGLISE) (SENTEIN) .....	171
FOSSAT (LE) .....	102
FOUGAX ET BARRINEUF .....	72

## G

GARANOU .....	114
GOULIER .....	54
GORUBIT .....	178
GUDAS .....	100

## I - J

IGNAUX .....	66
JARDIN MEDIEVAL (PAMIERS) .....	135

## L

LAPENNE .....	132
LAROQUE-D'OLMES .....	109
LAVELANET .....	106
LERAN .....	132
LESPARROU .....	110
LEZAT-SUR-LEZE .....	104
LIMONADE DE FONTESTORBES (LA) .....	72
LORDAT .....	115
LORP-SENTARAILLE .....	164
LUZENAC .....	114

## M

MAISON DES LOUPS (ORLU) .....	134
MAISON DU CHEMIN DE LA LIBERTÉ (SAINT-GIRONS) .....	155
MANSES .....	133
MARCHÉ DES POTIERS (MIREPOIX) .....	122



Vue générale de Montferrier.

MAS-D'AZIL (LE).....	116
MASSAT .....	117
MAZERES .....	118
MERCUS.....	54
MUANES .....	66
MIREPOIX .....	122
MOHAIR PYRENEES (LE MAS-D'AZIL) .....	116
MONTARDIT .....	146
MONTAUT .....	121
MONTBEL .....	110
MONTGUT-PLANTAUREL .....	104
MONTFERRIER.....	112
MONTGAILLARD .....	100
MONTJOIE-EN-Couserans.....	160
MONTSEGUR .....	112
MOULIN DE COMBELONGUE .....	151
MOULIS .....	160
MUSÉE D'ARDOUIN .....	119
MUSÉE DES ARTS .....	119
ET TRADITIONS POPULAIRES (SAINTE-CROIX-VOLVESTRE) .....	154
MUSÉE DU TEXTILE ET DU PEIGNE EN CORNE (LAVELANET) .....	106
<b>N</b>	
NALZEN .....	113
NIAUX .....	178
<b>O</b>	
ORLU .....	134
ORNOLAC-USSAT-LES-BAINS.....	180
OUST .....	170
<b>P</b>	
PAMIERS.....	135
PARC DE LA PRÉHISTOIRE (TARASCON-SUR-ARIEGE) .....	172
PEREILLE .....	100
PHARMACIE DU XVIII <sup>E</sup> SIÈCLE (SAINT-LIZIER) .....	162
PLATEAU DU CASTELLA (LE).....	136
<b>R</b>	
REMPARTS GALLO-ROMAINS (SAINT-LIZIER) .....	162
RÉSERVE DOMANIALE DU MONT VALIER (LA) .....	117
RÉSERVE NATIONALE D'ORLU .....	134
<b>S</b>	
SABARAT .....	117
SAINTE-ANTONIN (CATHÉDRALE) (PAMIERS) .....	135
SAINTE-CROIX-VOLVESTRE .....	154
SAINTE-GIRONS .....	155
SAINTE-JEAN-DE-VERGES .....	100
SAINTE-JEAN-DU-FALGA .....	146
SAINTE-LARY .....	80
SAINTE-LIZIER .....	161
SAINTE-LIZIER – ANCienne CATHÉDRALE (ÉGLISE DE) (SAINT-LIZIER) .....	161
SAINTE-MICHEL .....	148
SAINTE-PIERRE-DE-RIVIERE .....	102
SAINTE-VOLUSIEN ET SA PLACE (ÉGLISE) (FOIX) .....	82
SAINTE-YBARS.....	105
SAVERDUN .....	167
SAVIGNAC-LES-ORMEAUX .....	67
SEIX .....	168
SEM .....	55
SENTEIN .....	170
SHERPA-CENTRE NATIONAL DU CHEVAL DE MERENS .....	68
SINSAT .....	76
SURBA .....	180
<b>T – U</b>	
TARASCON-SUR-ARIEGE .....	171
TEILHET .....	133
TOUR-DU-CRIEU (LA) .....	148
UNAC .....	115
<b>V – X</b>	
VALS .....	133
VARILHES .....	149
VERNÉT (LE) .....	149
VERNIOILLE .....	149
VICDESSOS .....	55
XPLORIA – LA FORêt À REMONTER LE TEMPS .....	116

# COLLABOREZ À LA PROCHAINE ÉDITION ARIÈGE

# COLLABOREZ À LA PROCHAINE ÉDITION ARIÈGE

# COLLABOREZ À LA PROCHAINE ÉDITION ARIÈGE



Credit photo : A Baschenis - La Margoule - EriFrance - Deliove



## PYRÉNÉES ARIÉGEOISES

TOURISME

Donezan  
Vallées d'Ax  
Taracon Vicdessos

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

Office de Tourisme des Pyrénées Ariégeoises

6 avenue Delcassé 09 110 AX LES THERMES



9,95 € Prix France



# Un projet à 140 Md'€

Posez vos questions sur  
[ariegethd.poliztr.com](http://ariegethd.poliztr.com)

[ariege.fr](http://ariege.fr)