

L'Agenda de Février

Nos idées de sorties en Lautrécois-Pays d'Agout



Mercredi 1er février



LAUTREC

Cinéma à 20h30 : "Tirailleurs"

Synopsis :

1917. Bakary Diallo s'enrôle dans l'armée française pour rejoindre Thierno, son fils de 17 ans, qui a été recruté de force. Envoyés sur le front, père et fils vont devoir affronter la guerre ensemble. Galvanisé par la fougue de son officier qui veut le conduire au cœur de la bataille, Thierno va s'affranchir et apprendre à devenir un homme, tandis que Bakary va tout faire pour l'arracher aux combats et le ramener sain et sauf.

Salle François Delga. Proposé par la mairie de Lautrec et Cinécran81.

Contact : 05 63 75 90 04 - Tarif plein : 5 €, tarif réduit : 4 €



LAUTREC

Projection & débat autour du film « Sacrifice Paysan » à 20h30 au Café Plùm

4 élèves de BTS ACSE du lycée agricole privé de Touscayrats organisent une projection débat sur le thème des contrôles en agriculture. La soirée se déroulera en deux parties : visionnage du documentaire « sacrifice paysan » suivi d'un débat autour de la problématique « Les contrôles peuvent-ils être la raison de certains sacrifices en agriculture ? »

Jérôme Carayol, membre du Comité Départemental de la Confédération Paysanne accompagné d'un éleveur, ainsi qu'Alexandre Boissonnade, éleveur d'ovins et caprins interviendront dans la soirée. Contact : 05 63 70 83 30 - Entrée libre

Vendredi 3 février



CABANÈS

Ciné-débat à 20h à la salle des fêtes.

Projection du film « L'école de la vie, une génération pour tout changer », suivi d'un débat avec le réalisateur Julien Peron.

Proposé par l'association Papyrus.

Contact : sandrine.tarbagayre810@gmail.com // 07 69 04 41 34 - Tarif : 8€



Dimanche 5 février

DAMIATTE

Concours de dressage de 9h à 15h.

Contact : annezile@yahoo.fr // 06 63 70 10 21 - Gratuit



MONTDRAGON

Exposition de miniatures de 10h à 18h à la salle communale.

Exposition de tracteurs, voitures, matériel TP...

Contact : lestracteursmontdragonnais@gmail.com - Gratuit



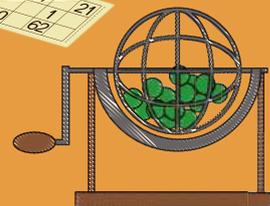
Dimanche 5 février

BROUSSE

Loto mjc-école à 14h à la salle communale.

De nombreux lots à gagner : bons d'achat, colis de viande...

Contact : 06 26 79 26 13 - Payant



GUITALENS-L'ALBARÈDE

Concours de belote organisé par le Comité des Fêtes. Début des concours à 21h précises, à la salle des fêtes. Une date tous les 15 jours.

Contact : 06 86 91 40 01

Mardi 7 février

Jeudi 9 février

JONQUIÈRES

Mon arbre m'a dit... jeu de psychogénéalogie

L'objectif est de construire son arbre généalogique et s'amuser au travers de questions prédéfinies en lien avec votre famille. « Notre histoire est la terre dans laquelle plongent nos racines. Si vous avez les noms, prénoms, date de naissance, décès, mariage, profession de vos aïeux... tout renseignement utile sur leurs vies, vous avez fait une bonne partie du travail. Pour ceux qui ont très peu d'informations, soyez rassurés l'atelier est tout aussi intéressant ! Contact : line.alayrace@orange.fr // 06 70 75 16 19 - Tarif : 40€



Vendredi 10 février

LAUTREC

Loto du collège à 20h30 au gymnase.

De nombreux lots à gagner : week-end, cafetière, appareil photo, nombreux lots gourmands... Loto permettant le financement de sorties et voyages.

Contact : 05 63 75 90 27 - Tarifs : 1 carton 4€, 3 pour 10€ et 7 pour 20€



Samedi 11 février

VIELMUR-SUR-AGOUT

Bal traditionnel à 21h à la maison polyvalente.

Musiques et Danses traditionnelles (Scottichs, Mazurkas, Bourrées, Rondos etc.)

Soirée animée par le groupe "Bouilleurs de son" et "les Grailous" de l'école de musique du Pays d'Agout de Vielmur-sur-Agout.

Contact : 06 78 03 75 88 - Participation libre



Dimanche 12 février

LABOULBÈNE

"Chez Suzette", c'est le **café participatif** de la mairie de Laboulbène. Vente de boissons, food-truck "L'italien", spécialités d'Italie et pizzas 100% "fait maison". Pour un moment convivial en famille ou entre amis.

De 18h à 21h, parking de la salle des fêtes.

Contact : 05 63 59 39 21 - Entrée gratuite, boissons payantes (de 1 € à 4 €)

SAINT-PAUL-CAP-DE-JOUX

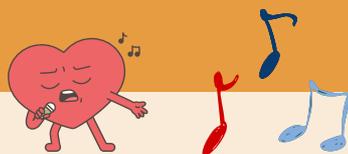
Loto à 14h30 à la salle des fêtes.

L'association Anciens combattants et Prisonniers de guerre organise son grand loto. De nombreux lots à gagner, bons d'achat, filets garnis...

Contact : 05 63 70 63 59 - Tarif : 2€ le carton



Mercredi 15 février



VIELMUR-SUR-AGOUT

Concert chants polyphoniques "Je vous aime" à 20h30 à la salle de spectacle.

"Je vous aime", c'est une déclaration d'amour au public et une invitation à participer à la fête, à laisser émerger un son, un geste ou une mélodie.

Ici, les six chanteurs se mêlent aux spectateurs, déambulent, dansent et chantent au creux de leurs oreilles, mêlant joyeusement les notes de Jean-Sébastien Bach au son des Jackson Five en passant par Nat King Cole.

Chanter ensemble, vivre, offrir de la joie tout en utilisant l'espace fertile d'une salle pour réveiller nos sens, voici la proposition surprenante et inspirante de ce spectacle qui réveillera chez vous, à coups sûr, une folle énergie et l'envie irréfutable de célébrer la vie.

En partenariat avec la SNA & la Mairie de Vielmur-sur-Agout.

Contact : culture@clpa.fr // 05 63 70 52 67 - Tarifs: Adultes 10€ Enfants - 12ans 7€

LAUTREC

Cinéma à 15h30 : Ernest et Célestine Voyage en Charabie

Synopsis :

Ernest et Célestine retournent au pays d'Ernest, la Charabie, pour faire réparer son précieux violon cassé. Ils découvrent alors que la musique est bannie dans tout le pays depuis plusieurs années. Pour nos deux héros, il est impensable de vivre sans musique ! Accompagnés de complices, dont un mystérieux justicier masqué, Ernest et Célestine vont tenter de réparer cette injustice afin de ramener la joie au pays des ours.



Cinéma à 20h30 : Grand Marin

Synopsis :

Lili a tout quitté pour partir au bout du monde réaliser son rêve : pêcher sur les mers du Nord. Elle persuade Ian, capitaine de chalutier, de lui donner sa chance et s'embarque sur le Rebel. Solitaire et insaisissable, celle que l'on surnomme « moineau » est la seule femme de l'équipage. Mais sous une apparente fragilité Lili est déterminée à aller jusqu'au bout de sa quête et défendre sa liberté.

Salle François Delga. Proposé par la mairie de Lautrec et Cinécran81.

Contact : 05 63 75 90 04 - Tarif plein : 5 €, tarif réduit : 4 €





Vendredi 17 février



CABANÈS

Atelier tissage à 14h à la salle des associations.

Création d'un tissage en laine : mandala tibétain.

Proposé par l'association Papyrus.

Contact : sandrine.tarbagayre810@gmail.com // 07 69 04 41 34 - Tarif : 6€

LAUTREC

Concert Marion Cousineau à 21h au Café Plùm.

La franco-québécoise Marion Cousineau promène ses chansons des deux côtés de l'Atlantique depuis 2018. Elle cultive au travers de ses voyages une envie de dire et de donner, une capacité d'écoute et de présence qui font de ses concerts des moments qui nous habitent encore longtemps après que le rideau soit tombé. Son univers lui ressemble, fait de personnages étonnants, de moments fugaces finement esquissés avec respect et humanité. Seule en scène, à la basse ou au piano, oscillant entre poésie douce et slams captivants, elle offre une énergie régénérante, une performance inédite dont on se souvient.

Marion Cousineau : chant, basse, piano, looper

Production Le Geste a la Parole, avec le soutien de Musicaction et du Conseil des Arts du Canada.

Contact : 05 63 70 83 30 - Tarif : 5/10/12 €



Samedi 18 & 25 février

SERVIÈS

Ateliers peinture à 9h à la Maison du Pays.

Après avoir honoré la Maison du Pays par l'exposition de ses œuvres lors de la Saison Culturelle 2021-2022, l'artiste Serge Amarger revient pour vous proposer de participer à ses ateliers de peinture au cours de trois matinées.

En sa compagnie, venez sublimer votre technique et apprendre de son savoir-faire : que vous soyez débutant ou peintre confirmé, profitez de ce temps d'échange et laissez libre-court à votre créativité lors d'un moment privilégié.

Contact : culture@clpa.fr // 05 63 70 52 67 - Tarif : Gratuit



Samedi 18 février

VIELMUR-SUR-AGOUT

Soirée d'hiver à partir de 19h30 à la Maison polyvalente.

Soirée festive organisée par le comité des Fêtes : menu apéritif, garbure et tarte aux pommes (vin compris).

La soirée se poursuivra avec un petit concert gratuit ouvert à tous.

Contact : 06 79 53 80 95 - Tarifs : Adultes 16€ Enfants - 10 ans 8€





Dimanche 19 février

FIAC

Performance artistique à 10h au Café le Piaf, proposée par l'AFIAC

L'artiste Nicolas Pujalon travaille à partir de son corps à traverser des univers poétiques. Entre "culture queer" et récit, il s'aide de décors tantôt baroques, tantôt bricolés portés par ses personnages bariolés. Masques d'une fragilité assumée. Nicolas Pujalon exploite un registre de gestes acquis depuis l'enfance, qu'il rejoue lors de ses performances avec une énergie non contenue jusqu'à troubler les spectateurs. Contact : direction@afiac.org - Gratuit

Mardi 21 février



GUITALENS-L'ALBARÈDE

Concours de belote organisé par le Comité des Fêtes. Début des concours à 21h précises, à la salle des fêtes. Une date tous les 15 jours.

Contact : 06 86 91 40 01



Samedi 25 février



ST-PAUL CAP DE JOUX

Les Atelier d'écriture à 15h30 à la médiathèque.

Osez vous prendre pour un poète ! "L'Atelier d'écriture" animé par Éléonore et Richard, un samedi par mois, vous donne la possibilité de jouer avec les mots, de les tordre et les détordre. En fin de saison, tous les textes produits se retrouvent "enfermés" dans un recueil distribué à chaque participants.

Contact : mediatheque@cclpa.fr // 05 63 75 97 27

VIELMUR-SUR-AGOUT

Concert du Groupe GEN'S BAND and FRIENDS à 21h à la Maison Polyvalente.

Gen's Band est un groupe qui mélange trois styles : Bandas, Fanfare et Variétés !

Contact : 06 72 27 20 36 - Tarif : Adultes 10€ Enfant 5€



Dimanche 26 février

BROUSSE

Loto des aînés à 14h à la salle communale.

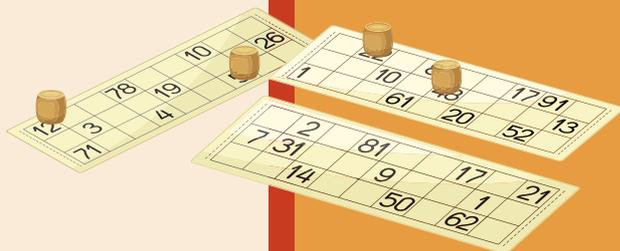
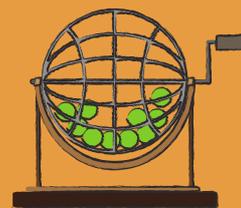
De nombreux lots de valeur.

Contact : 06 61 42 24 17

SAINT-PAUL-CAP-DE-JOUX

Loto du Ping St Paulais à 14h30 à la salle des fêtes.

Contact : 06 09 91 48 79



Et tout au long du mois...



MONTDRAGON

Cours de danses occitanes proposés par la MJC à la salle des fêtes, tous les mardis de 20h30 à 22h30 - Contact : 06 75 27 65 65

VIELMUR

Tous les dimanches, sur réservation, "**la Vie Moyenâgeuse**" vous convie à ses **entraînements de combat avec bâtons et épées**.

Rendez-vous aux Granges de Vielmur, de 10h à 12h.

Tarif : 15 € (annuel) - Contact : 06 70 14 77 50



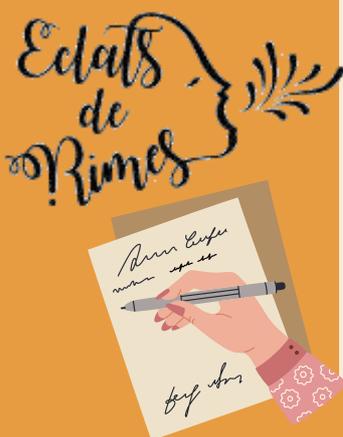
LAUTREC

Le Café Plùm vous accueille du mercredi au dimanche. Les soirs de week-end, venez profiter de la terrasse au rythme des concerts.

Le Café Plùm est très heureux d'accueillir Céline et Steph de l'association « Les jeux ambulants » qui animeront des soirées jeux de société / jeux de rôle tous les premiers et troisièmes mercredis du mois, de 18h à 22h.

Programmation : www.cafeplum.org

Pensez à réserver pour le restaurant : 05 63 70 83 30



L'association **Eclats de Rimes** organise pour sa 3^e édition son **concours de nouvelles** (4 pages max.) dont le thème est "C'est pour demain".

Ce concours récompense les 3 premiers lauréats (200, 150, 100 €). Il se déroule cette année entre le 15 novembre 2022 et le 30 avril 2023. Si vous souhaitez participer, nous vous invitons à consulter le règlement en cliquant sur le lien suivant : bit.ly/3A5cDS7

Alors, à vos plumes !

Contact : 06 84 34 09 23 // eclatsdenouvelles@orange.fr - Tarif : 10 €

LE BONHEUR DANS NOS ASSIETTES

Venez faire le plein de fraîcheur sur les marchés du Laurécois-Pays d'Agout !

St-Paul Cap de Joux : Tous les mardis matin

Lautrec : Tous les vendredis matin

Vielmur : Tous les 1^{er} dimanches du mois

Guitalens-l'Albarède : Tous les 3^{ème} dimanches du mois

Fiac : Tous les derniers dimanches du mois





Recette des "Crêpes Suzette"



Pour la pâte à crêpes

- 300 ml de litre de lait demi-écrémé
- 125 g de farine
- 50 g de beurre
- 20 g de sucre semoule
- 3 oeufs
- 1 pincée de sel
- 1 gousse de vanille
- 1 c. à café de rhum ambré (facultatif, sinon fleur d'oranger ...)

Pour la garniture

- 1 orange non traitée
- 75 g de sucre glace
- 125 g de beurre mou
- 15 cl liqueur d'orange (Grand Marnier)



1. Faites chauffer le lait, le sucre, le beurre et la gousse de vanille fendue dans une casserole
2. Une fois que le lait commence à frémir, éteignez le feu, couvrez et laissez infuser
3. Tamisez la farine, faites un puits et ajoutez les oeufs au centre, commencez à mélanger avec un fouet
4. Versez peu à peu le lait tiède dessus en mélangeant bien pour éviter la formation de grumeaux
5. Ajoutez si vous aimez le rhum ambré et laissez la pâte reposer 1 heure
6. Faites cuire les crêpes dans une poêle bien chaude beurrée
7. Dans un grand bol, prélevez les zestes des oranges, fouettez avec le beurre mou et le sucre glace de façon à obtenir une crème
8. Fourrez les crêpes avec cette préparation, pliez les en 4, et disposez les dans une grande poêle avec une noix de beurre
9. Faites chauffer le Grand Marnier dans une casserole à part, une fois que celui-ci est chaud, versez-le rapidement sur les crêpes dans leur poêle, et hors du feu, faites flamber vos crêpes en prenant soin de ne pas vous brûler
10. Dégustez bien chaud.

Office de Tourisme du Lautrécois-Pays d'Agout

Bureau de **Lautrec** : 05 63 97 94 41

Bureau de **St-Paul** : 05 63 50 17 01

✉ lautrectourisme81@gmail.com



www.lautrectourisme.com

