



LA CUISINE

05 63 67 39 74
 info@la-cuisine.fr
 www.la-cuisine.fr

Réseau de lecture publique des Terrasses et Vallée de l'Aveyron

5 médiathèques :

Nègrepelisse

Albias

St Etienne
 de
 Tulmont

Bioule

Montricoux

illustration : Benoît Kothé



Nègrepelisse : 05 63 64 25 55

Bioule : 05 63 31 97 15

Albias : 05 63 31 50 43

St Etienne de Tulmont : 05 63 64 63 07

Toute l'année :
 pour enfants et
 adultes :

A dispo. :
 ouvrages
 CD DVD
 CDrom
 magazines,
 presse
 Internet
 sur rdv
 Poste
 d'écoute
 CD...

Projections
 de DVD
 gratuites

Les Racontines
 accueil de
 scolaires

Ateliers :
 Informatique
 mémoire
 alphabétisation



Animations



Animacions

animation

“ *Que vaut la vie sans amour ?
Ne sert qu'à ennuyer les gens.* ”

Chant troubadour du XII^e siècle

Les marchés et les foires *Los mercats e las fièras*

Lieu	Jours	Particularités
Albias	Tous les mercredis matins	Marché
Caussade	Lundis matins	Toute l'année : grand marché dans le centre ville et de novembre à mars : marché au Gras-Truffe-Safran sous la halle couverte Aimé-Bonnaïs.
Caussade	Lundi de Pâques toute la journée	Grande foire
Caylus	Tous les mardis matins et samedis matins	
Laguépie	Chaque mercredi et dimanche matin 3 ^e mardi du mois, pas de marché le mercredi qui suit	Samedi matin en période de cueillette de châtaigne (rens mairie 05 63 30 20 81.)
Molières	Tous les vendredis matins	
Montricoux	Tous les vendredis matins	
Monclar de Quercy	Tous les jeudis matins- Dimanche matin en juillet / août (marché occitan)	Marché au gras de décembre à février place de la Mairie
Montpezat-de-Quercy	Tous les samedis matins	
Nègrepelisse	Tous les mardis et dimanches matins	
Parisot	Tous les vendredis matins	
Puyaroque	Le 1 ^{er} vendredi de chaque mois	
Réalville	Tous les dimanches matins	
Saint Antonin	Tous les dimanches matins	
Septfonds	Tous les mercredis matins	
Vaïssac	se renseigner à la mairie (05 63 30 95 94)	Marché aux cèpes en fonction de la cueillette
Varen	Tous les samedis matins	



Marchés nocturnes les jeudis en Juillet et Août. Contacter les Offices de tourisme.

Bistrots de pays



Bistrot de Pays est un label national. Le Bistrot de Pays a pour but, à travers un réseau local d'animation, de contribuer à la conservation et à l'animation du tissu économique et social en milieu rural, par le maintien du café de village multiservices de proximité.

La Charte des Bistrots de Pays

- Etre situé dans une commune à caractère rural avec une population inférieure à 2000 habitants
- Constituer le dernier – ou l'un des derniers – commerces du village
- Etre ouverte toute l'année

- Proposer autant que possible, les services de base non assurés par ailleurs dans le village (tels dépôt de pain, de journaux, petite épicerie...)
- Disposer des principaux documents d'information touristique locale
- Organiser des animations festives et culturelles
- Promouvoir des produits du terroir
- Proposer au minimum une restauration de type casse-croûte à toute heure, basée sur les produits régionaux
- Dans le cas où une restauration complète est assurée, proposer des repas où les recettes et les produits locaux tiennent une place prépondérante

Adresse	Ouverture	Animation
Les Bastides Route de Gaillac - 82800 Bruniquel - Tél. 05 63 67 21 87	Fermé le lundi soir et le mardi	Concerts en saison Concours de belote le dimanche soir de novembre à avril
Auberge du pêcheur Lexos - 82 330 Varen - Tél 05 63 65 43 76		Expo de peintures, photos, artisanat d'art
Bar L'Univers chez Vieux fût Grand Rue du 8 mai - 82230 Monclar de Quercy Tél. 05 63 30 30 31	Fermé le lundi	
Café de l'Union Bd des Fossés - 82270 Montpezat de Quercy Tél. 05 63 02 07 54 - michel.cafe@orange.fr	Fermé le lundi du 01/10/09 au 01/07/10. Fermeture annuelle du 28/09/09 au 12/10/09	En saison concerts Hiver concours de belote
Café des Marronniers 82240 Puylaroque - Tél. 05 63 64 90 62	Fermé le lundi après midi	Collection de sous-verres Concerts organisés en saison
Restaurant Bar «Le Rendez Vous» Rue de la Halle - 82230 Verfeil Sur Seye Tél. 05 63 26 39 60		Soirée à Thèmes - «Bœuf» tous les vendredis soir concert le samedi soir - Soirées Privées sur réservation Déjeuner du vendredi midi à 6€ «Les vendredis de la crise» Stage de danse orientale 1 fois par mois

Cinéma *cinmat*

Adresse	Ouverture	Animation
Cinema Théâtre Rue des Récollets - 82300 Caussade www.cinecaussade.com Tél. 05 63 93 21 44 Serveur vocal : 08 92 68 69 23		Salle Art et Essai
Le Querlys Bd des thermes 82140 St Antonin Tél. 05 63 30 69 64 - www.lequerlys.com	Tarif unique 5.50€	Salle Art et essai
Les Amis Du Cinéma Mairie Place des Capitouls - 82230 Monclar de Quercy www.info82.com/monclar	Tous les mardis à 21h - Le 3 ^e dimanche du mois à 16 h Juillet et août le lundi à 21 h	Carte d'abonnement 10 € pour l'année Tarifs : 5 € Tarif réduit : 3€ pour les moins de 18 ans, les étudiants, les personnes qui possèdent la carte d'abonnement

Café concerts *café concèrts*

Pub O'NEILLS 1 Bd Léonce Granié 82300 Caussade Tél. 05 63 93 91 35	Du mardi au dimanche à partir de 17h	Concerts et animations celtes le week-end - Grand choix de bière - Assiettes irlandaises le week-end et le soir en semaine.
Snack bar du Viaur 82250 Laguepie Tél. 05 63 30 22 04	Tous les vendredis en Juillet et Août	Concerts tous les vendredi en juillet/août
Pub O'Sullivan Allées du Dr Bent - 82230 Monclar de Quercy Tél. : 05 63 30 40 25	Toute l'année	Concerts tous les samedi soirs en juillet et août
Bar restaurant « La p'tite Marie » Grande Rue - 82800 Montricoux Tél : 05 63 24 19 69 - 06 64 50 33 29	Fermé le mercredi	Soirée à thèmes, concert le 1er vendredi de chaque mois.
Snack-bar « La Guinguette du lac » Base de Loisirs - 82160 Parisot 06 84 09 23 29 - 06 66 43 72 39	Concerts l'été tous les vendredi soir	Ouv. d'avril à septembre - en juillet et août 7j/7 de 10 h à 2 h

Discothèques *Discotecas*

Guinguette de la Plage

Chemin de la plage - **82140 Saint Antonin**
Tél. 05 63 30 64 32 - guinguettelaplage@wanadoo.fr
www.guinguettedelaplage.com

Discothèque « la bulle »

Peyrescaves - **82250 Laguepie**
Tél. 05 63 30 21 89

Discothèque « Le Galaxy »

105 Av Marcel Lacassagne - **82240 Septfonds**
Tél. 06 63 64 93 73

Fermé de fin octobre à début mars

Concerts, stage, jeux...
Terrasse au bord de l'eau

Ouverte le vendredi et samedi soir, ainsi que les veilles de jours
fériés.

Terrasse d'été

Vendredi, samedi, dimanche

Les Transports culturels du Babeltut

vous emmènent au Spectacle toute l'année en Bus.

Choisissez votre programme et inscrivez-vous au :

06 82 43 30 82

obabeltut.com

obabeltut@live.fr

Play away with me.

**LESTRANSPORTS
CULTURELS**

Logos of sponsors: HIVERNALES, LA REGION, CANTON, TN1, Météo, FIVIZ, and others.