



AGENDA

DU MINERVOIS AU CAROUX



FÊTES
SOIRÉES

ATELIERS
THÉÂTRE



MARCHÉS
EXPOS...

VOTRE PROCHAINE SORTIE ?
Demandez, nous l'avons !

MAI
2026

OFFICE DE TOURISME


DU MINERVOIS
AU CAROUX
HAUT-LANUEDOC
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Animations au fil des jours

BALADE DES SAVEURS - CHÂTEAU MARIS

vendredi 01/05

FELINES-MINERVOIS

Visite commentée, Randonnée,



Chaque vendredi, rejoignez la Balade des Saveurs Château Maris. Depuis le Grand Café Occitan, partez pour une immersion dans l'histoire du domaine, la biodynamie et les spécificités du vignoble local.

7 Rue de l'Occitanie
34210 FELINES-MINERVOIS

RANDO DÉFI - MONTAGNES DU CAROUX 2026

vendredi 01/05- dimanche 31/05

MONS-LA-TRIVALLE

Animation locale



Participez au Rando Défi des Montagnes du Caroux ! Quatre parcours, quatre énigmes et des cadeaux à la clé ! Une expérience connectée et sauvage pour explorer le Caroux autrement, en toute autonomie

Maison Montagnes du Caroux
34390 MONS

Entrée libre

BALADE DES SAVEURS - CHÂTEAU MARIS

vendredi 08/05

FELINES-MINERVOIS

Visite commentée, Randonnée,



Chaque vendredi, rejoignez la Balade des Saveurs Château Maris. Depuis le Grand Café Occitan, partez pour une immersion dans l'histoire du domaine, la biodynamie et les spécificités du vignoble local.

7 Rue de l'Occitanie
34210 FELINES-MINERVOIS

BALADE DES SAVEURS - CHÂTEAU MARIS

vendredi 15/05

FELINES-MINERVOIS

Visite commentée, Randonnée,



Chaque vendredi, rejoignez la Balade des Saveurs Château Maris. Depuis le Grand Café Occitan, partez pour une immersion dans l'histoire du domaine, la biodynamie et les spécificités du vignoble local.

7 Rue de l'Occitanie
34210 FELINES-MINERVOIS

BALADE DES SAVEURS - CHÂTEAU MARIS

vendredi 22/05

FELINES-MINERVOIS

Visite commentée, Randonnée,



Chaque vendredi, rejoignez la Balade des Saveurs Château Maris. Depuis le Grand Café Occitan, partez pour une immersion dans l'histoire du domaine, la biodynamie et les spécificités du vignoble local.

7 Rue de l'Occitanie
34210 FELINES-MINERVOIS

LA RANDONNÉE DE BACCHUS

dimanche 24/05

BERLOU

Randonnée, balade



La cave des coteaux de Berlou vous convie à une randonnée de Bacchus au cœur du vignoble de Berlou. Huit kilomètres de balade en sept étapes gourmandes pour découvrir les mets et vins du terroir.



09h

1 Avenue des Mimosas
34360 BERLOU

Tarifs : Enfant : 16 € - 26 € Plein tarif : à partir de 40 €

«PIQUE-NIQUE CHEZ LES VIGNERONS INDÉPENDANTS »

dimanche 24/05- lundi 25/05

AIGNE

Animation locale



Dans le cadre du week-end «Pique-nique chez les vignerons indépendants » Dimanche 24 : marché de producteurs et artisans de 10h à 12h puis dégustation des vins du domaine et pique-nique (apporté par vos soins) sous les pins du domaine.



mini marché 10h_12h
Producteurs et Artisans



10h

Les Tuileries
34210 AIGNE

Entrée libre

CABANE D'HÉRIC — RENÉ LACAILLE ET CÉDRIC PIERINI.**dimanche 24/05**

MONS-LA-TRIVALLE

Animation locale



Concert live de René Lacaille et Cédric Pierini à la Cabane d'Héric. Duo Austral en direct dès 20h. Profitez d'un apéro-tapas-dîner dès 19h dans le cadre unique des Gorges d'Héric.



19h

Parking des Gorges
34390 MONS

Entrée libre

FÊTE AU PRIEURÉ DE SAINT-JULIEN**lundi 25/05**

SAINT-JULIEN

Fête traditionnelle



Brocante et artisanat dès le matin. L'après-midi, scène ouverte aux talents locaux : musique, chant et danse au frais du Prieuré.

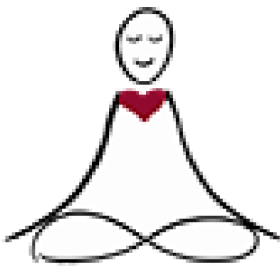
Prieuré de Saint-Julien
34390 SAINT-JULIEN

Entrée libre

MÉDITATION ALLONGÉE & BIENVEILLANCE**lundi 25/05- dimanche 31/05**

VIEUSSAN

Animation locale



Dharma Nature

Une retraite silencieuse mêlant méditation allongée, pratiques de bienveillance (Metta), temps guidés et non guidés, échanges et moments libres pour profiter de la nature. Une expérience douce, profonde et accessible à tous.

Hameau de Boissezon
34390 VIEUSSAN

Plein tarif : à partir de 276 €

CONCERT BLUES ET ROCK : CHRIS & PROSIT**vendredi 29/05- samedi 30/05**

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

Concert

CHRIS 19H/20H
GUITARE / CHANT

&

PROSIT 20H/23H

BLUES ET ROCK de l'occitanie

Restaurations et Bières Locales

Ne manquez pas la soirée concert blues et rock à Saint-Pons-de-Thomières ! Venez applaudir le talent de Chris en guitare-voix puis le groupe Prosit chez La Robina, tout en savourant une offre de restauration et des bières artisanales locales.

ismo



de 19h à 01h

13 route de narbonne
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES

Entrée libre

JOURNÉE PORTES OUVERTES**samedi 30/05**

SAINT-MARTIN-DE-L'ARCON

Portes ouvertes



L'école verte alternative La Libellule ouvre ses portes et invite familles et curieux à découvrir ses espaces, son projet pédagogique et son approche centrée sur la nature, l'autonomie et le bien-être. Une occasion idéale pour rencontrer l'équipe et comprendre son fonctionnement.

3 Rte de St Pons
34390 SAINT-MARTIN-DE-L'ARCON

Entrée libre

PORTES OUVERTES ATELIER VELO**samedi 30/05**

BEAUFORT

Portes ouvertes



Journée portes ouvertes chez Bris'o Vélo à Beaufort. Au programme : café de bienvenue, visite guidée de l'atelier de réparation, précieux conseils d'entretien et essais de vélos dans une ambiance conviviale et familiale.



09h

8 Route d'Artix
34210 BEAUFORT

Entrée libre

MATINÉE PHILO

PREMIAN

samedi 30/05

Débat / Conférence



Un samedi par mois, Fabrice Garcia anime une matinée philo ouverte à tous. Thèmes variés, sans jargon, suivis d'un débat. Thème du mois : Suis-je mon cerveau ? Participation libre.

10h-12h

Place Maurice Amans
34390 PREMIAN

Entrée libre

SUR LA ROUTE DES BALKANS

FERRIÈRES-POUSSAROU

samedi 30/05

Théâtre



Un récit sensible et musical, porté par Franck Turlan et mis en scène par Myriam Cabra. Ombres, photos et chansons d'Europe centrale accompagnent ce voyage théâtralisé, entre émotion, mémoire et poésie partagée.

19h30

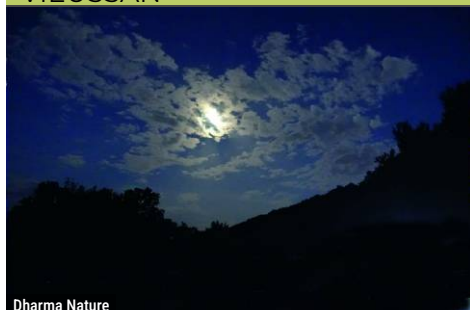
église St-Pierre
34360 FERRIÈRES-POUSSAROU

LA NUIT DE WESAK

VIEUSSAN

dimanche 31/05

Animation locale



Une nuit entière dédiée à la méditation, en présentiel ou en ligne. Une expérience collective ou individuelle pour explorer la pleine présence, dépasser ses limites et goûter une atmosphère dense, paisible et inspirante.

Hameau de Boissezon
34390 VIEUSSAN

CHANTS DU MONDE

ROQUEBRUN

dimanche 31/05

Animation locale, Concert



▣ Venez voyager à travers les chants du monde lors d'un magnifique concert de chorales le samedi 31 mai à 17h30 dans la chaleureuse église Saint-André de Roquebrun.

17h30

34460 ROQUEBRUN
+33 4 67 89 76 34

Entrée libre

Expositions

1889: LE TRAIN ARRIVE À OLARGUES

samedi 09/05- dimanche 20/09

OLARGUES


Exposition

Transformation de la commune
par l'arrivée du chemin de fer.



Mairie d'Olargues

Une expo pour découvrir la transformation de la commune par l'arrivée du chemin de fer.

 de 15h à 18h30

34390 OLARGUES
+33 4 67 97 70 75

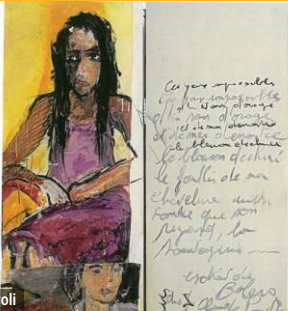
Entrée libre

ESPOSITION SERGE GRIGGIO ROMAN D'ARTISTES

dimanche 19/04- samedi 30/05

MINERVE

Exposition



Librairie Paroli

Né à Narbonne en 1958, Serge Griggio a vu sa vocation artistique se révéler très tôt comme une évidence. Sa curiosité naturelle et son envie de progresser l'amènent à rencontrer d'autres peintres et à confronter sa peinture à leur regard : Jessup, Mazzino, Claude Parent-Saura.

8 Rue des Martyrs
34210 MINERVE

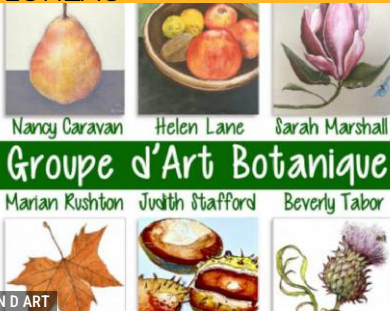
Entrée libre

EXPOSITION DU GROUPE D'ART BOTANIQUE

samedi 23/05- mardi 16/06


OLONZAC

Exposition



COIN D'ART

Exposition du Groupe d'Art Botanique ;Une célébration minutieuse de la nature par sept artistes talentueuses. Vernissage le 23 mai à 18h. Entrée libre les mardis, vendredis et dimanches.

 de 09h30 à 12h-de 17h à 19h

23 Grand Rue
34210 OLONZAC

Entrée libre

'EXPO-VENTE DE PATCHWORK

samedi 30/05

OLONZAC

Exposition



Découvrez le talent des artisans locaux à Olonzac lors de l'exposition-vente de patchwork à la salle G. Brassens. Un événement coloré et inspirant en Minervois, sublimé par la présence de la boutique de tissus « Les Couleurs de Florence ».



de 10h à 18h

SALLE GEORGES BRASSENS
34210 OLONZAC

Entrée libre

LA GRANGE D'ART

vendredi 29/05- dimanche 14/06

ROQUEBRUN

Exposition



Une exposition de 4 artistes : Petra Schubert, Catherine Cuatero, Jacoba Krzyzanski et Suzanne Berger. Vernissage le 29 Mai 2026 à 17h00 (vins, quiches et gâteaux).

53 Avenue des Orangers
34460 ROQUEBRUN

Entrée libre

"L'ARBRE DANS TOUS SES ÉTATS"

mardi 05/05- samedi 27/06

LA LIVINIÈRE

Exposition



La médiathèque vous invite à l'exposition "L'Arbre dans tous ses états". Peintures, photos et poésies se rencontrent pour célébrer la majesté de la nature. Une immersion artistique et sensorielle, accessible aux horaires d'ouverture de la médiathèque. Une ode à la vie sauvage !

Médiathèque
34210 LA LIVINIÈRE

Entrée libre

Stages - Ateliers

LE LABO'NATURE

CASSAGNOLES

dimanche 22/03- mardi 30/06

Stage / Atelier



Explorez les Secrets du Vivant Le Labo Nature de la Maison de l'Abeille est un espace dédié à la sensibilisation du grand public sur la richesse de notre environnement 1 samedi par mois

EGravier



de 15h à 17h

5 rue de CAYRAC
34210 CASSAGNOLES

Entrée libre

ATELIERS MÉMOIRE "LA CLEF DES CHAMPS"

RIOLS

TOUS LES MARDIS
DE 14H30 À 16H30

DU 5 MAI AU 30 JUIN

ACTIVITÉS
GRATUITES !
À PARTIR
DE 60 ANS

PROGRAMME D'ACTIVITÉS ALTERNANT ATELIERS
ET SORTIES SUR LE THÈME DE LA NATURE,
C.DARTIGUE, L'ENVIRONNEMENT, ET DU PATRIMOINE DE NOTRE RÉGION !

mardi 05/05

Stage / Atelier

Seniors de 60 ans et plus, rejoignez-nous chaque mardi pour des ateliers stimulants et des sorties thématiques sur la nature et le patrimoine. Des activités gratuites pour partager des moments conviviaux tout en prenant soin de sa mémoire au grand air. L'inscription est ouverte !

Salle des Espaces Verts
34220 RIOLS

Entrée libre

ATELIERS MÉMOIRE "LA CLEF DES CHAMPS"

RIOLS

TOUS LES MARDIS
DE 14H30 À 16H30

DU 5 MAI AU 30 JUIN

ACTIVITÉS
GRATUITES !
À PARTIR
DE 60 ANS

PROGRAMME D'ACTIVITÉS ALTERNANT ATELIERS
ET SORTIES SUR LE THÈME DE LA NATURE,
C.DARTIGUE, L'ENVIRONNEMENT, ET DU PATRIMOINE DE NOTRE RÉGION !

mardi 12/05

Stage / Atelier

Seniors de 60 ans et plus, rejoignez-nous chaque mardi pour des ateliers stimulants et des sorties thématiques sur la nature et le patrimoine. Des activités gratuites pour partager des moments conviviaux tout en prenant soin de sa mémoire au grand air. L'inscription est ouverte !

Salle des Espaces Verts
34220 RIOLS

Entrée libre

ATELIERS MÉMOIRE "LA CLEF DES CHAMPS"

mardi 19/05

Stage / Atelier

RIOLS

TOUS LES MARDIS
DE 14H30 À 16H30

DU 5 MAI AU 30 JUIN

ACTIVITÉS
GRATUITES !
À PARTIR
DE 60 ANS

PROGRAMME D'ACTIVITÉS ALTERNANT ATELIERS
ET SORTIES SUR LE THÈME DE LA NATURE,
C.DARTIGUE, L'ÉCARTOLEMENT, ET DU PATRIMOINE DE NOTRE RÉGION !

Seniors de 60 ans et plus, rejoignez-nous chaque mardi pour des ateliers stimulants et des sorties thématiques sur la nature et le patrimoine. Des activités gratuites pour partager des moments conviviaux tout en prenant soin de sa mémoire au grand air. L'inscription est ouverte !

Salle des Espaces Verts
34220 RIOLS

Entrée libre

ATELIERS MÉMOIRE "LA CLEF DES CHAMPS"

mardi 26/05

Stage / Atelier

RIOLS


TOUS LES MARDIS
DE 14H30 À 16H30

DU 5 MAI AU 30 JUIN

ACTIVITÉS
GRATUITES !
À PARTIR
DE 60 ANS

PROGRAMME D'ACTIVITÉS ALTERNANT ATELIERS
ET SORTIES SUR LE THÈME DE LA NATURE,
C.DARTIGUE, L'ÉCARTOLEMENT, ET DU PATRIMOINE DE NOTRE RÉGION !

Seniors de 60 ans et plus, rejoignez-nous chaque mardi pour des ateliers stimulants et des sorties thématiques sur la nature et le patrimoine. Des activités gratuites pour partager des moments conviviaux tout en prenant soin de sa mémoire au grand air. L'inscription est ouverte !

 14h30-16h30

Salle des Espaces Verts
34220 RIOLS

Entrée libre



Les Marchés

MARDI :

OLONZAC (matin)

MERCREDI :

ST PONS DE THOMIERES (matin),

ST JULIEN (juillet et août à partir de 18h)

VELIEUX (juin à mi-septembre 18h-19h30)



JEUDI :

MONS (matin)

AGEL (tous les 15 jours de 17h à 19h)

VENDREDI :

ROQUEBRUN (matin)

SAMEDI :

OUPIA (matin)

FELINES MINERVOIS (matin)



www.minervois.com

DIMANCHE :

ST PONS DE THOMIERES (matin)

OLARGUES (matin)

ST JULIEN (matin)

FERRALS-LES MONTAGNES (matin de fin juin à fin août)

À l'année, avec nos associations

ATELIER D'ÉCRITURE POÉTIQUE

ROQUEBRUN

mardi 26/05

Atelier de formation



Mardi 26 mai

De 17h à 19h

À la bibliothèque de Roquebrun

Participation : 10€

Libr'inspir

Atelier d'écriture poétique animé par Jean-Marc Barrier, ce temps créatif et ludique est ouvert à tous, même aux débutants.



de 17h à 19h

Bibliothèque de Roquebrun
34460 ROQUEBRUN

Plein tarif : à partir de 10 €

BIODANZA

FELINES-MINERVOIS

lundi 25/05

Atelier de formation



Laurent MORI

Ici, et tout autour, sur tous les continents, la Biodanza se déploie. Et toi, tu viens goûter à ce doux et puissant processus de transformation ? Nouvelle saison de Biodanza à Félines Minervois dès lundi 8 septembre ! Un ancrage stable et fleurissant pour une 8ème année dans le Minervois.



de 18h30 à 20h30

Le cellier
34210 FELINES-MINERVOIS

CHORALE AVEC HÉLÈNE

PREMIAN

jeudi 04/09- jeudi 28/05

Atelier de formation



OTMC

Un jeudi sur deux, Hélène Tallon-Vanerian anime la chorale Les Barbastelles. Polyphonies du monde, travail de la voix et de l'oreille, sans partition. Engagement annuel demandé.



de 18h45 à 22h45

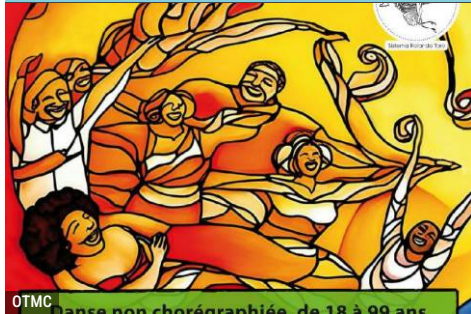
4 place amans
34390 PREMIAN

EVA BIODANZA MINERVOIS

CESSERAS

mercredi 27/05

Atelier de formation



Découvrez la Biodanza avec Eva dans le Minervois : une pratique joyeuse qui relie mouvement, musique et émotion pour stimuler vitalité, créativité et lien humain. Accessible à tous, pour danser la vie en douceur et en profondeur.



de 18h45 à 20h45

SALLE POLYVALENTE
34210 CESSERAS**FANFARE « DU MONDE AUX BALKANS »**

PREMIAN

mardi 02/09- mardi 26/05

Atelier de formation



Un atelier musical ouvert à tous, même débutants, pour explorer les sonorités klezmer, jazz et balkaniques. Encadré par Yves Mondon, l'objectif est simple : jouer ensemble et partager le plaisir de la musique.

4 place amans
34390 PREMIAN**GUITARE & CHANT AVEC DENIS**

PREMIAN

jeudi 04/09- jeudi 28/05

Atelier de formation



À partir de 17h le jeudi, Denis Gourdin propose des cours de guitare et de chant. Travail du rythme, de la voix, des gammes et de l'expression. Cours individuels ou collectifs.



17h

4 place amans
34390 PREMIAN**LE COUVENT :ATELIER D'IMPROVISATION VOCALE**

AZILLANET

jeudi 28/05

Atelier de formation



Atelier d'improvisation vocale. Une invitation à explorer sa voix par le jeu et l'écoute mutuelle. Créez des paysages sonores spontanés dans une ambiance ludique et bienveillante. Ouvert à tous.



de 18h30 à 20h

7 Rue du Couvent
34210 AZILLANET

Entrée libre

LE COUVENT : LA RECLAME -CHANT POLYPHONIQUE


lundi 25/05

AZILLANET

Atelier de formation



Rejoignez le chœur A cappella "La Réclame" avec Héroïse Saunal ! Exercices corporels et vocaux autour d'un répertoire de chants polyphoniques du monde. Une pratique vivante, accessible à tous, pour explorer la voix et le corps en collectif.!

 de 18h30 à 20h30

7 Rue du Couvent
34210 AZILLANET

Entrée libre

LE COUVENT : PERCUSSIONS CORPORELLES


jeudi 28/05

AZILLANET

Atelier de formation



Venez explorer le rythme avec votre corps au Couvent d'Azillanet ! Une pratique ludique et collective mêlant mouvement, coordination et musicalité. Accessible à tous, pour vibrer ensemble, sans instrument, juste avec l'énergie du corps et du groupe.

 de 19h à 20h30

7 Rue du Couvent
34210 AZILLANET

LE COUVENT : PING-PONG

lundi 25/05

AZILLANET

Atelier de formation



Tous les lundis à partir de 18h, venez taper la balle au Couvent d'Azillanet ! Ambiance détendue, parties amicales et bonne humeur garanties. Que vous soyez débutant ou joueur confirmé, le ping-pong est ouvert à tous. Raquettes disponibles sur place.

 de 18h à 20h

7 Rue du Couvent
34210 AZILLANET

Entrée libre

LE COUVENT : YOGA IYENGAR

mercredi 27/05

AZILLANET

Atelier de formation



Séance de yoga . Un temps dédié au bien-être et à la relaxation pour harmoniser le corps et l'esprit. Atelier ouvert à tous les niveaux dans un cadre convivial et serein.

 de 18h30 à 20h

7 Rue du Couvent
34210 AZILLANET

Entrée libre

PEINTURE AVEC ELS**mardi 02/09- mardi 26/05**

PREMIAN

Atelier de formation



Els Knockaert

Explorez l'art du dessin et de la peinture avec Els Knockaert, portraitiste professionnelle. Techniques mixtes, sujets variés, et séances de modèle vivant tous les 15 jours.

 de 14h à 17h4 place amans
34390 PREMIAN**PILATES AVEC AMÉLIE****jeudi 04/09- jeudi 25/06**

PREMIAN

Atelier de formation



afda

Un jeudi sur deux à 10h, Amélie Durand vous guide dans une pratique douce et accessible du Pilates. Renforcement, posture, bien-être. Cours à l'unité ou carte. Essai possible toute l'année.

 de 10h à 11h4 place amans
34390 PREMIAN**THÉÂTRE ADULTES (IMPRO) AVEC CYRIELLE****mercredi 03/09- mardi 26/05**

PREMIAN

Atelier de formation



AFDA

Cyrielle Pillon anime un atelier d'improvisation pour adultes . Un espace d'expression libre, de créativité et de lâcher-prise. 2 séances d'essai offertes.

 de 19h30 à 21h304 place amans
34390 PREMIAN**THÉÂTRE ENFANTS & ADOS AVEC STÉPHANE****mercredi 17/09- mardi 26/05**

PREMIAN

Atelier de formation

Deux ateliers pour les jeunes avec Stéphane Nowak : théâtre enfants à 14h30 et ados à 16h. Jeux, improvisation et expression scénique. 2 séances d'essai offertes.

 14h304 place amans
34390 PREMIAN



OTMC

Deux séances pour se reconnecter à soi : yoga débutants à 17h et Vini Yoga à 18h15. Céline, diplômée de l'IFY, propose une pratique douce et évolutive, accessible à tous. Prévoir tapis et couverture. Reprise le 15 septembre.



17h

4 place amans
34390 PREMIAN

MINERVOIS CAROUX



Les mots peuvent être cachés horizontalement ou verticalement.

- | | |
|----------|----------|
| CANYON | CAROUX |
| CHÊNE | CÈDRE |
| GARRIGUE | MONTAGNE |
| NATURE | OLIVIER |
| PAYSAGE | RUISSEAU |
| TERROIR | VIGNE |
| VIGNOBLE | VILLAGE |



Office de Tourisme

+33 4 67 97 06 65

www.minervois-caroux.com

tourisme@minervois-caroux.com

Pour coller à l'actualité, retrouvez
le calendrier mis à jour à tout
moment sur notre site.



MONS-LA TRIVALLE **A4**

 Maison des Montagnes du Caroux, 113 avenue de la gare

MINERVE **C3**

 2, place du monument

SAINT-PONS DE THOMIÈRES **B3**

 3, place du Foirail

Accueil saisonnier en juillet et août

ROQUEBRUN **B5**



Tourisme du Minervois au Caroux
#duminervoisaucaoux
#soyeznature
#demandeznouslavons



OFFICE DE TOURISME



DU MINERVOIS
AU CAROUX

HAUT-LANUEDOC
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES