

A la découverte du fromage de Roquefort avec Bergerine

Pour fêter ton arrivée au Pays de Roquefort, Bergerine, notre brebis mascotte va te guider. Elle te propose une petite leçon facile à retenir ! Tu sais compter de 1 à 10 alors c'est parti... Etape par étape, tu découvriras toute l'histoire du Roquefort, le célèbre roi des fromages, depuis l'élevage de la brebis dans les bergeries, la collecte et la transformation du lait dans les laiteries jusqu'au produit fini. Tu pourras le déguster et l'emporter pour te remémorer le bon goût de tes vacances dans l'Aveyron !

Bienvenue au Pays de Roquefort



Pour fêter ton arrivée au Pays de Roquefort, Bergerine, notre brebis mascotte va te guider pour te faire découvrir le fromage de Roquefort et son pays.

C'est beau l'amour !

Sais-tu que le Roquefort est né d'une belle histoire d'amour ? Je te laisse la découvrir, c'est fou comme la nature fait bien les choses !

Il était une fois, dans la belle région des Grands Causses un jeune berger qui se préparait à prendre son repas. L'aperçu soudain, au loin, une jeune fille d'une grande beauté et décida de la suivre.

Il laissa alors son troupeau à la garde de son chien et cacha son pain de seigle et son caillé de brebis dans une petite grotte du Combalou. Durant des jours, il poursuivit la belle sans la rattraper.

À son retour, le pain de seigle s'était recouvert de moisissure et le caillé de brebis était marbré de bleu. Un peu inquiet mais affamé, il goûta au fromage et cria au miracle : c'était délicieux.

Le Roquefort était né d'une belle histoire d'amour.



Médiation : Office de Tourisme du Pays de Roquefort - Illustrateur : Daif 06 06 56 56 56 - Reproduction interdite sans autorisation écrite de l'Office de Tourisme du Pays de Roquefort. Les renseignements sont fournis à titre indicatif et ne constituent pas une recommandation de l'Office de Tourisme du Pays de Roquefort.

1 BERGERINE T'INVITE À LA FERME

Bergerine te propose de visiter une ferme, il y en a plein sur tout le territoire. Les agricultrices t'accueilleront et t'expliqueront comment elles élèvent leur troupeau de brebis de race Lacauze : la traite, la collecte du lait, la naissance des agneaux...

Le petit coin des curieux :
Pour fabriquer du Roquefort, il faut du lait de brebis mais uniquement des brebis de race Lacauze ! Une brebis produit 1,5 à 3 litres de lait/jour. La Lacauze a une tête fine, allongée, de grandes oreilles portées à l'horizontale. Elle n'a pas de corne et quasiment pas de laine sous le ventre. Ses petits sabots sont adaptés aux cailloux du Causse.

Joue avec Bergerine : relie chaque brebis ou chèvre laitière à sa race.

- Chèvre Alpine
- Brebis Rouge du Roussillon
- Brebis Lacauze



2 OÙ VA LE LAIT ?

Bergerine n'a pas peur de se lever à l'aube. Elle a suivi le laitier qui se rend de ferme en ferme pour collecter le lait des brebis qui servira ensuite à la fabrication du Roquefort. Le laitier passe tous les jours dans les fermes puis emmène le lait dans la laiterie d'un des 7 fabricants de Roquefort.

Le petit coin des curieux :
C'est avec le lait de brebis cru et entier, collecté dans les fermes du Rayon de Roquefort, que l'on fabrique le Roquefort. Il faut environ 12 litres de lait pour fabriquer un pain de Roquefort de 2,6 kg.

Joue avec Bergerine : relie les points de 1 à 9 et de 1 à 30 pour deviner ce qu'il se passe dans la laiterie.



3 QUE DEVIENT LE LAIT ?

La laiterie est un lieu très protégé, aucun microbe ne doit y entrer. Les personnes qui travaillent portent des blouses blanches, des gants et des charlottes sur la tête. C'est à la laiterie que le lait estensemencé de *Penicillium roqueforti*. Lorsqu'il est caillé, il est coupé en cubes puis mis en moule et égoutté. Le fromage sera ensuite salé et piqué.

Le petit coin des curieux :
Le *Penicillium roqueforti*, ce fameux champignon microscopique cultivé sur une pâte à pain de seigle, sera ensuite versé dans le lait sous forme liquide ou saupoudré sur le caillé. Il en faut 4 grammes pour 5000 litres de lait soit la fabrication de 400 pains de Roquefort.

Joue avec Bergerine : découvre les 5 objets intrus cachés dans la laiterie. Ils ont tous un lien avec notre territoire mais n'ont pas leur place dans ce lieu.



Réponse : _____

4 LE FROMAGE CHERCHE SA NOUVELLE MAISON...

Après 10 jours passés en laiterie à s'égoutter, le fromage doit être affiné plusieurs mois afin que le *Penicillium roqueforti* colonise la pâte, la veinant ainsi de bleu-vert et la rendant plus onctueuse. C'est dans un endroit unique au monde que le fromage va être déposé pour que s'opère cette étrange alchimie....

Le petit coin des curieux :
Aménagées en étages superposés, les caves de Roquefort se visitent toute l'année. Tu y découvriras l'univers mystérieux du Roi des fromages.

Joue avec Bergerine : Aide Bergerine à choisir le bon itinéraire pour se rendre à la cave d'affinage.

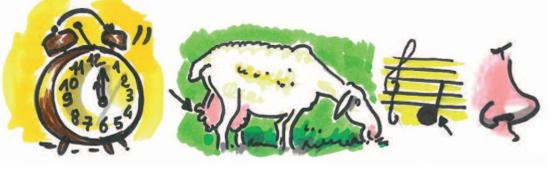


5 BIENVENUE À ROQUEFORT-SUR-SOULZON, LA CITÉ FROMAGÈRE

Le fromage a enfin trouvé sa maison, il va prendre place dans les caves creusées au pied de la falaise du Rocher du Combalou. Là, il va s'affiner lentement, très lentement ! Bergerine a étudié cet étrange village et te délivre quelques secrets...

Le petit coin des curieux :
Il y a plus d'un million d'années, plusieurs mouvements de terrain, séismes ou volcans, ont provoqué des effondrements de la falaise créant ainsi le chaos rocheux. Le Roquefort ne peut être affiné qu'à Roquefort-sur-Soulzon, situé au cœur du Parc Naturel Régional des Grands Causses dans une zone ne dépassant pas 2 km de long, sur 300 m de large et 300 m de haut. Ce village est classé parmi les Grands Sites Midi-Pyrénées pour l'extraordinaire architecture de ses caves. Étonnant non ?

Joue avec Bergerine : dans quelle région et quel département se situe Roquefort-sur-Soulzon ?



Réponse : _____



Réponse : _____

6 CHUT, IL S'AFFINE !



Maintenant le Roquefort est bien au frais dans les caves ventilées grâce aux fleurines, en effet il y fait entre 8 et 12 °, l'atmosphère est aussi très humide. C'est là, dans la quiétude des caves que s'affine lentement le fromage sous les yeux attentifs du chef de cave.

Le petit coin des curieux :
La fleurine, est une ouverture dans l'éboulis par laquelle l'air souffle dans la cave pour permettre la régulation de la température et de l'humidité et favoriser l'affinage des fromages.

Joue avec Bergerine : colorie le dessin en respectant les codes couleur, tu découvriras ce que fait Bergerine ...

7 LE TRAVAIL EN CAVE

Lorsque la phase d'affinage est terminée, le fromage est veiné de bleu et sa pâte est plus onctueuse. L'heure est venue de ralentir l'action du champignon. Le fromage est emballé par les cabaniers dans une feuille d'étain. Cette étape s'appelle le « plombage ».

Le petit coin des curieux :
Pour stopper l'affinage, les cabaniers enveloppent les fromages appelés « pain » dans une feuille d'étain. Une cabanière habille environ 100 pains à l'heure. Et sais-tu qu'un pain de Roquefort entier pèse entre 2,7 kg et 3kg.

Joue avec Bergerine : entre ces 2 dessins, il y a 7 différences, ta nouvelle mission est de les retrouver.



Réponse : _____

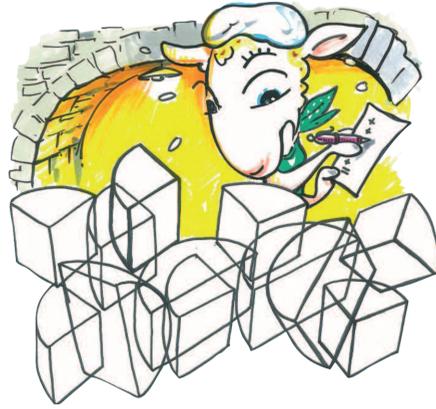
8 BIENTÔT PRÊT À ÊTRE VENDU...

Ensuite, il est amené en chambre froide où il poursuit sa maturation pendant encore 2 mois. Quand le fromage est prêt à être commercialisé, il est coupé en 2, afin de se rendre compte de la répartition du bleu. A ce stade, il peut alors être emballé pour la vente et découpé jusqu'à 1/8^{me}.

Le petit coin des curieux :
Dans le village, tu pourras déguster et acheter du Roquefort. Sept fabricants commercialisent ce fromage et disposent d'un lieu de vente à Roquefort.

Joue avec Bergerine : combien de quarts de Roquefort et combien de demi pains de Roquefort comptes-tu dans ce Méli Mélo ? Combien obtiens-tu de pains de Roquefort ?

Réponse :
1/4 de pains : _____
1/2 pains : _____
Pains entiers : _____

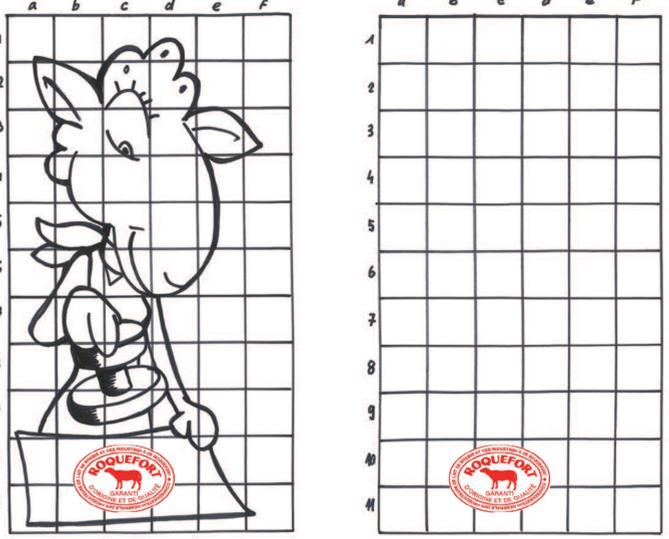


9 TOUT SUR LE ROQUEFORT : WWW.ROQUEFORT.COM

A présent, tu es incollable sur le Roquefort ! Encore une petite astuce, sur les étals du marchand, pour reconnaître le Roquefort cherche le tampon avec la Brebis rouge que tu vois ci-dessous.

Le petit coin des curieux :
Le Roquefort est la plus ancienne Appellation d'Origine de France, elle date de 1925. En 1996, le Roquefort a fait l'objet d'une reconnaissance à l'échelon européen en tant qu'Appellation d'Origine Protégée (AOP). Continue à découvrir de façon ludique et interactive les secrets de ce fromage sur le site web : recettes, dessins, vidéos, chansons, e-carte de Bergerine... Connecte-toi sur www.roquefort.com

Joue avec Bergerine : dessine notre mascotte Bergerine en t'aidant du modèle.



10 L'AOC ROQUEFORT

La fabrication du Roquefort n'a plus aucun secret pour toi, voyons si tu te rappelles des 3 éléments essentiels pour fabriquer un fromage de Roquefort.

Le petit coin des curieux :
Le France est un pays gourmand qui compte plus de 350 fromages soit presque un pour chaque jour ! 46 bénéficient d'une AOC. Parmi les plus connus : le Cantal, le Comté, le Reblochon, le Camembert... et bien sûr le Roquefort !



Joue avec Bergerine : Mot caché n°1 : quelle est la matière première avec laquelle on fabrique le fromage de Roquefort ?

Réponse : _____

Mot caché n°2 : Qu'est ce qui se développe dans le fromage et lui donne sa couleur bleue ?

Réponse : _____

Mot caché n°3 : Quel est l'événement géologique qui a provoqué l'apparition des célèbres fleurines qui ventilent naturellement les caves ?



Réponse : _____

Le petit coin des curieux :
Tu peux aussi goûter le Roquefort avec du pain d'épice, le déguster avec de la confiture de figue ou des morceaux de poires. De l'entrée au dessert, plein de recettes gourmandes existent.

LE ROQUEFORT, MIAM MIAM !



Bergerine est une brebis gourmande qui aime aussi cuisiner ! Tu peux réaliser cette recette très facile à ton retour de vacances et inviter tous tes amis pour leur faire goûter ces délicieuses tartines et leur parler du pays ! Il te faut du pain de campagne, du Roquefort, des petits suisses et des noix écrasées. Ensuite lorsque tu as réuni les ingrédients, mélange à la fourchette à parts égales le Roquefort et les petits suisses puis ajoute les noix écrasées. Étale le mélange sur des tranches de pain de campagne et mets au four quelques minutes pour faire gratiner. Servir en apéritif ou avec une salade verte.

AVEYRON VIVRE VRAI

BIENVENUE EN PAYS DE ROQUEFORT

Plus de 60 SITES et ACTIVITÉS à découvrir en famille

Balade à cheval, baignade, karting, itinéraires VTT... Voilà une belle et originale façon de se dégourdir les jambes et s'aérer l'esprit !

Ce n'est pas tout, plein d'autres activités t'attendent, randonnée à dos d'âne, balade en bateau, en petit train, chasse aux trésors, ateliers ou rendez-vous gourmands pour croquer les vacances à pleines dents !

Activités adaptées aux :

- Enfants (moins de 6 ans)
- Ados (11-14 ans)



CENTRES ÉQUESTRES

Si l'idée te trotte dans la tête de monter à cheval ou à poney, les animateurs des centres équestres t'apprendront en quelques leçons à devenir un super cavalier ! Séduisant non ?



BALADES À CHEVAL OU À PONEY

C3 - PONEY CLUB / CENTRE ÉQUESTRE ● ● ● ●
Campalviès - 12360 Camarès - Tél. : 06 30 56 52 47
« Les poney du Rougier » t'ouvrent ses portes. Si tu as la passion des poneys et si tu aimes aller à la découverte de la nature, enseignant diplômée, lors d'initiations, de promenades ou de baptemes à poney.
Ouverture les mercredis, samedis toute l'année (location de poneys) et durant toutes les vacances scolaires.
Tarifs : bapteme à poney 11 €/ promenade 15,50 €/1h ou 29 €/2h.

C2 - CENTRE ÉQUESTRE MUNICIPAL ● ● ● ●
Route de Bournac - 12400 Saint-Affrique - Tél. : 05 65 49 21 84
Écologie éducation ouverte à l'année. Cours tous âges, tous niveaux (à partir de 2 ans). Stage de promenade durant les vacances scolaires. Tarifs et renseignements à l'accueil (ouvert les mercredis et jeudis de 9h30 à 12h en dehors des vacances).

D3 - CHEVAL EVAISON ● ● ● ●
Lapeyre - 12400 Versols et Lapeyre - Tél. : 06 87 03 74 09
Découvre le cheval de manière ludique et pédagogique à travers différentes disciplines accessibles à tous les âges et à tous les niveaux, accueil handicap auditif et mental. Animations spécifiques pour les enfants.
Ouverture : toute l'année sur réservation.
Tarifs : Poney : 18 € (1h30) de 3 ans à 10 ans, Baptemes : 10 €/heure (de 3 ans à 10 ans), Voltige : 18 € (1h30). Cartes d'abonnement de 10 séances.

A2 - CENTRE ÉQUESTRE SEGALA ÉQUITATION ● ● ● ●
Estrivessyes de Lebus 12170 Réquista
Tél. : 06 88 97 77 47 - 05 65 74 18 54
Cours d'équitation, cheval et poney. Promenades et stages accessibles à tous les niveaux. Poney club pour les plus petits.
Tarifs : 13,30 à 17 €

BALADES AVEC DES ÂNES

A4 - LES ÂNES DE LAVAGNOL ● ● ● ●
Lavagnol - 12360 Foyat - Tél. : 05 65 49 68 80
Au départ de la ferme de Lavagnol, location d'ânes baptemes, accompagnés idéaux pour guider tes balades et randonnées. Ouvert toute l'année (réservation conseillée).
Tarifs : 1/2 journée 40 €/âne, 1 journée 50 €/âne. Possibilité de location sur plusieurs jours (parcours organisé avec hébergement).

D3 - CHEVAL EVAISON ● ● ● ●
Lapeyre - 12400 Versols et Lapeyre - Tél. : 06 87 03 74 09
Promenade avec un âne bapteme ou un poney.
Ouverture : toute l'année sur réservation.
Tarifs : 17 €/2 heures par âne (de 2 à 7 ans).

A2 - LES ÂNES DU BOSQ ● ● ● ●
Les Boscs - 12400 Solages - Tél. : 09 67 10 16 94
Ouvert tous les jours en juillet-août de 9h à 19h. Le week-end en mai, juin, septembre et octobre de 9h à 17h.
Circuits en boucles de 6 à 15 kms.
Tarifs : 1/2 journée 30 €/âne, 1 journée 45 €/âne. Possibilité de location sur plusieurs jours. Sur réservation. Parking accessible aux camping-cars. Table de pique-nique.

SUR TERRE

Envie de dépaysement et de sensations fortes, ces activités sont faites pour toi ! Glisse-toi dans la combinaison d'un champion de kart, attache-toi comme un vrai pilote pour vivre d'intenses émotions.



B4 - CIRCUIT DE KARTING ● ● ● ●
12370 Belmont-sur-Rance - Tél. : 05 65 99 96 67
Location de karting sur un circuit de 1500m en plein air, stages de pilotage, grands prix, organisation de challenges, anniversaires. Aimes de jouer pour enfants, karts à pédales.
Accessible aux enfants à partir de 3 ans sur bipède, à partir de 7 ans sur des mini-karts, à partir de 11 ans sur les karts loisirs.
Ouverture : toute l'année du mercredi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h. Week-end et jours fériés de 9h à 18h. Juillet-août : 6/17 (fermé le week-end).
Tarifs : enfants à partir de 12 €, adultes à partir de 16 €.

C4 - ITINÉRAIRES VTT (circuits balisés FFC) ● ● ● ●
Office de Tourisme du Rougier - 12360 CamarèsTél. : 05 65 49 57 76
Parcours familiaux de 4,6 et 8,5 km balisés sur la commune de Brusque. Fiche descriptive en vente à l'Office de Tourisme.

C2 - BASE VTT DU SAINT-AFFRICAIN ● ● ● ●
Office de Tourisme du Pays de Roquefort et du Saint-Affricain
Antenne St-Affrique - 12400 Saint-Affrique - Tél. : 05 65 98 12 40
Antenne Roquefort - 12380 Roquefort - Tél. : 05 65 99 96 00
12 circuits de 6 à 39 km pour découvrir les paysages et le patrimoine de la Communauté de Communes du Saint-Affricain. La base VTT comporte 7 circuits très faciles et faciles, entre 6 et 18 km (accessibles à partir de 9/10 ans).
Topoguide en vente à l'Office de Tourisme : 10 € les 12 fiches ou 2 € la fiche.

C2 - VOIE VERTE DU SAINT-AFFRICAIN ● ● ● ●
Parcours familial facile et semi-ombragé, aménagé sur l'ancienne voie ferrée (entre le plateau de la gare à St-Affrique et St Jean d'Alcalas). Piste de 8 km accessible aux vélos, poussettes, fauteuils roulants sur la portion urbaine entre St-Affrique et le Château de Valhauzy.

D2 - PISCINE ET BASE DE LOISIRS DU TRUËL ● ● ● ●
12430 Le Truël - Tél. : 05 65 46 43 20 / 05 65 46 57 66
La base nautique et de loisirs du Truël te propose de multiples activités : piscine et pataugeoire découvertes, concours de pêche, terrains de sports, aire de jeux, tables de pique-nique et barbecue, postes de pêche, ombrage à l'ombre des arbres. C'est un univers riche et très varié de créations, dessins et sculptures insolites. Des visites ludiques sont proposées avec des jeux créatifs et un jeu de piste dans le village, qui permettront de découvrir les œuvres présentes.
Ouverture : Avril et Mai : du jeudi au samedi, de 14h30 à 18h. Juin : du mardi au samedi, de 14h30 à 18h30. Juillet et Août : tous les jours de 15h à 19h. Septembre : du mardi au samedi, de 14h30 à 18h30. Octobre : du jeudi au samedi, de 14h30 à 18h. Entrée libre. Jeux et visites ludiques : 2,5 €.

A2 - BASSIN DE NATATION DU RÉQUISTANAIS ● ● ● ●
12170 Réquista - Tél. : 05 65 46 19 05 / 05 65 74 57 00
Piscine non couverte. Pataugeoire, moyen et grand bassin. Baignade surveillée. Pergola ombragée.
Tous les jours en juillet et août de 14h à 19h30.
Tarifs : 1,50 € à partir de 6 ans, 3 € à partir de 14 ans. Forfait 7 entrées : 9 € de 6 à 13 ans, 18 € à partir de 14 ans

D2 - SENTIER DU MENHR ● ● ● ●
Office de Tourisme du Pays de Roquefort et du Saint-Affricain
Antenne Roquefort - 12250 Roquefort Sur Sorques - Tél. : 05 65 58 56 00
Viens prendre un bol d'air frais en te baladant au travers des buisseries et au bord du ruisseau du Souzel. Des panneaux d'interprétation du paysage, de la faune et de la flore accompagnent ta promenade.
Tarifs : 2 € à l'Office de Tourisme.

«Jouons ensemble» présent sur les panneaux d'interprétation.
Durée : 1h30 - Distance : 3,4 km, départ de l'Office de Tourisme, à Roquefort.
Fiche en vente à l'Office de tourisme à 0,50 cts.

A2 - SENTIERS DÉCOUVERTES ● ● ● ●
Office National des Forêts
Mairie - 12120 Auriac-Lagast - Tél. : 05 65 46 70 81
Sentier sur le thème du hêtre (2,8 km), équipés en lave émaillée exposant sa biologie et son développement. Une bifurcation mène sur le site d'un ancien four de vernier avec explications sur les techniques des verreries forestières. Sentier de la Pyramide (1,7 km), point géodésique avec la mire en bois comme à l'origine, remontre les différentes campagnes dont le Lagast a été le témoin. Table d'orientation.

À LA DÉCOUVERTE DE DAME NATURE

Il était une fois...l'histoire d'une bêtebête aquatique. Grâce à ces sorties en plein air, tu apprendras toutes sortes de choses sur la nature et la vie sauvage des animaux.



C1 - BATEAU « LE HÉRON DES RASPES » ● ● ● ●
Plage du Mas de la Nau - 12490 Le Viata du Tarn
Tel. : 05 65 62 52 49 / 06 68 67 21 63
Embarque pour une mini-croisière en bateau sur le Héron des Raspes. Découvre une vallée cachée et accessible seulement par bateau : les gorges des Raspes du Tarn. Observe le vol majestueux des rapaces ou les hérons en train de pêcher et navigue au milieu des défilés rochers grandioses.
Ouvert du 01/04 au 31/10 sur réservation. Juillet et août : départ 15h30 et sur Rv à 10h30 et 16h45. Tarif spécial enfant 8 €.

C2 - LE PETIT TRAIN DES RASPES ● ● ● ●
12400 Saint-Victor et Melviu - Tél. : 05 65 62 58 21
Départ de la chapelle de Notre Dame du Désert, le petit train des Raspes te conduira sur le sentier des pierres qui chantent. Un voyage au cœur d'une culture narrée selon les légendes et les contes locaux, dans un environnement préservé. Du 15/06 au 31/08 : tous les jours de 15h à 16h30. Hors saison sur réservation. Tarif : 96 / adulte, 5 € enfant. Gratuit - de 6 ans. Remise de 10% au porteur du dépliant.

C1 - PARCOURS DE PÊCHE ● ● ● ●
Le Hameau Saint-Romain - 12490 Saint-Rome de Tarn
Tél. : 05 65 97 59 82
Parcours de pêche se situant sur le ruisseau du Levezou, en face de la gendarmerie de Saint-Rome de Tarn. Il est allévié en truites arc-en-ciel tout au long de la saison. Parcours de 1ère catégorie, réservé aux enfants munis de la carte « découverte ».

C2 - PARCOURS DE PÊCHE ● ● ● ●
AAPPMA de Saint-Affrique - 12400 Versols-Lapeyre
Secteur pêche St-Affrique, Rue Denis Affre - Tél. : 06 48 18 36 12
Animations et lâchers de poissons réguliers.
Parcours ouvert aux moins de 16 ans sur les quais de Sorgues à Saint-Affrique et à Versols. Carte de pêche obligatoire.
Pêche autorisée sur ce parcours : le mercredi, samedi, dimanche, vacances scolaires et jours fériés.

C4 - PARCOURS DE PÊCHE ● ● ● ●
AAPPMA - 12360 Camarès
Parcours de rivière, de la chaussée cassée du moulin de Tanol jusqu'à 10 m en amont du pont vieux (turbine) réservé aux moins de quatorze ans titulaires d'un permis de pêche.
Ouvert les mercredis, week ends, jours fériés et vacances scolaires.
Nombre de prise par jour et par pêcheur limité à 4 truites.

B4 - PARCOURS DE PÊCHE ● ● ● ●
AAPPMA Vallée du Rous - 12370 Belmont sur Rance
Parcours de rivière, 300m en amont du Pont Neuf. Réservé aux enfants - 12 ans, titulaires d'une carte de pêche. Nombre de prises par jour et par pêcheur limité à 5 truites. Cartes de pêche en vente à l'Office de Tourisme.

COMME UN POISSON DANS L'EAU

Lassé des journées chaudes, tu rêves de baignade ? Eh bien c'est possible grâce à ces lieux dédiés à la détente et à l'ambiance. Viens donc plonger dans le grand bain !



PISCINES

B4 - PISCINE INTERCOMMUNALE DE BELMONT ● ● ● ●
12370 Belmont-sur-Rance - Tél. : 05 65 49 37 80 / 05 65 99 96 26
Piscine non couverte. Petit et grand bassin, pataugeoire. Zones d'activités. Buvette. Baignades surveillées.
Juin : mercredi, samedi et dimanche de 14h à 19h. Juillet/Août : mardi, jeudi et samedi de 10h à 12h et du mardi au dimanche de 14h à 19h.
Tarifs : - 16 ans 1,50 €, adulte 2,20 €, gratuit moins de 3 ans.

C2 - CENTRE NAUTIQUE INTERCOMMUNAL ● ● ● ●
Bd de la Capelle - 12400 St-Affrique - Tél. : 05 65 49 20 94
Piscine couverte : Bassin sportif, bassin ludique avec toboggan, geyser, nage à contre-courant, bains bouillonnants, pataugeoire, hammam. Activités proposées : bébés nageurs, Aqua Eveli, Aquagym, Vél'eau, Aquatic. En été : Terrasse bois et espace organisé avec baignes de soleil. Nouveauté : Aire de jeux aquatiques en extérieur. Accueil prévu pour les personnes handicapées. Ouvert toute l'année.

D2 - PISCINE ET BASE DE LOISIRS DU TRUËL ● ● ● ●
12430 Le Truël - Tél. : 05 65 46 43 20 / 05 65 46 57 66
La base nautique et de loisirs du Truël te propose de multiples activités : piscine et pataugeoire découvertes, concours de pêche, terrains de sports, aire de jeux, tables de pique-nique et barbecue, postes de pêche, ombrage à l'ombre des arbres. C'est un univers riche et très varié de créations, dessins et sculptures insolites. Des visites ludiques sont proposées avec des jeux créatifs et un jeu de piste dans le village, qui permettront de découvrir les œuvres présentes.
Ouverture : du 10 juin au 10 septembre.
Tarifs : 1,30 € jusqu'à 16 ans, 2,70 € adulte, abonnement 10 entrées : 11 € jusqu'à 16 ans et 23 € adulte.

A2 - BASSIN DE NATATION DU RÉQUISTANAIS ● ● ● ●
12170 Réquista - Tél. : 05 65 46 19 05 / 05 65 74 57 00
Piscine non couverte. Pataugeoire, moyen et grand bassin. Baignade surveillée. Pergola ombragée.
Tous les jours en juillet et août de 14h à 19h30.
Tarifs : 1,50 € à partir de 6 ans, 3 € à partir de 14 ans. Forfait 7 entrées : 9 € de 6 à 13 ans, 18 € à partir de 14 ans

B3 - PLAISANCE LOISIRS ● ● ● ●
Grand bassin et pataugeoire entourés d'espaces verts et d'un solarium. A disposition : parasols et petits jeux de plage pour tous-temps. Espace buvette/détente. Possibilité de leçons de natation et d'aquagym sur rendez-vous avec le maître-nageur. A Viens tester tes connaissances et amuse toi à répondre au quiz.
Ouvert : du 8 juillet au 20 août de 14h30 à 19h.

Tarifs : gratuit jusqu'à 5 ans. Entrée 2 €. Possibilité de carte abonnement 12 et 18 entrées. Tarif préférentiel pour les campeurs du camping attenant.

BASES DE LOISIRS

C4 - BASE DE LOISIRS DES ZIZZINES ● ● ● ●
12360 Camarès - Tél. : 05 65 49 53 76
Plan d'eau avec baignade surveillée en juillet et août de 14h à 19h. Aire de jeux, tables de pique-nique, barbecue, plage avec espaces ombragés.

B2 - BASE NAUTIQUE «LES CHEMINS DE TRAVERSE» ● ● ● ●
12480 Broquiès - Tél. : 05 65 99 44 76 / 06 88 96 69 08
2 descentes le long de la Vallée du Tarn de 7 et 14 km à partir du pont de Broquiès.
Le parcours des Cardabelles te permettra une initiation au canoë en suivant le cours courant du Tarn dans un cadre paisible et sauvage. Apprevois-tu le héron ou le castor ou d'autres petits habitants des Ruspes ? Parcours accessibles à tous à condition de savoir nager. Juillet et Août, tous les jours de 10h à 16h30.
Avril, mai, juin et septembre sur rdv.
Parcours accompagnés (sur réservation 8 pers minimum). Hors saison sur demande possibilités d'activités à la découverte.
Tarifs : canoë 2 places 26 € (parcours 7 km), 36 € (parcours 14 km), canoë 3 places (2 adultes 1 enfant) 35 € (parcours 7 km), 45 € (parcours 14 km). Tarif famille remise 5 % suivant nombre d'enfants.

E3 - BASE NATURELLE DE LOISIRS DE LA GRAVIERE ● ● ● ●
Quartier de Courat - 12400 St-Affrique - Tél. : 05 65 98 12 40
Espace familial et ludique équipé de tables de pique-nique, structures de grands jeux. En été, venez découvrir en sécurité (surveillance d'un maître-nageur) la base naturelle et son aire de baignade aménagée avec du sable, sur les bords de la Sorgues.
Ouverture du 1^{er} juillet au 31 août du mardi au dimanche de 15h à 19h.

B3 - LA CHAUSSÉE DU LAPIN ● ● ● ●
12380 Saint-Sernin sur Rance - Tél. : 05 65 99 29 13
Viens profiter de la piscine et des toboggans aquatiques, de la buvette, des terrains de pétanque et de volley. Aire de pique-nique et barbecue, espaces ombragés et possibilité de pêcher. Aire de jeux enfants.
Ouvert le mercredi WE de juin et le 1^{er} de juillet : de 14h à 19h et du 08/07 au 31/08 tous les jours de 14h à 19h.
Tarifs : adulte et enfant 2€, possibilité de carte d'abonnement.

C3 - CHÂTEAU DE MONTAIGUT ● ● ● ●
12360 Gissac - Tél. : 05 65 99 81 50
Château-fort du Xème siècle bâti sur un éperon rocheux qui domine la très colorée vallée du Rougier.
- Jeu-découverte (6-13 ans) : Déguise-toi en princesse ou en chevalier pendant la visite et retrouve des messages et des indices dans le château. Si toutes les réponses sont exactes une surprise t'attend à l'accueil.
- Jeu-découverte (6-13 ans) : Déguise-toi en princesse ou en chevalier pendant la visite et retrouve des messages et des indices dans le château. Si toutes les réponses sont exactes une surprise t'attend à l'accueil.

C1 - BASE NAUTIQUE DU MAS DE LA NAUC ● ● ● ●
12490 Le Viata du Tarn - Tél. : 05 65 62 52 49 / 06 68 67 21 63
Profite d'une grande plage aménagée au cœur d'un site protégé, avec baignade surveillée en saison, jeux pour enfants, table de pique-nique, Snack-bar, terrasse ombragée, location de canoë-kayac et embarcadere du bateau le « Héron des Raspes ».
Ouvert du 01/04 au 31/10.

C2 - SAINT-ROME PLAGE ● ● ● ●
12490 Saint-Rome-de-Tarn - Tél. : 05 65 58 14 69 / 06 29 47 36 43
Tu veux passer une journée à t'amuser au bord de l'eau ? Viens à la plage, la baignade est surveillée. Tu peux aussi avoir un pédalo avec toboggan, un canoë ou un bateau à moteur sans permis pour découvrir la magnifique cascade des Baumes et les Raspes. Tu préfères les sensations fortes ? La descente du Tarn en canoë, à partir de Millau te permettra de découvrir le Viaduc, le village de Peyre et la nature sauvage au cours d'une journée inoubliable. Le lieu idéal pour un moment convivial en famille ou entre amis !
Restauration en saison. Ouvert de mai à fin septembre.

VOYAGE DANS LE TEMPS

Châteaux forts, visites gourmandes, ateliers découvertes. Dans chacun de ces lieux, les enfants sont accueillis comme des rois ! Ils peuvent toucher, goûter, participer... l'occasion de se forger, en famille, un petit patrimoine de savoirs et de rêves.



A2 - MOULINS DE ROUPEYRAC ● ● ● ●
François Fabié à Burepierre - Tél. : 05 65 78 18 85
Visite des moulins et mise en fonctionnement du moulin à farine, démonstration d'une scie battante hydraulique du 19ème siècle, découverte de la poésie et de la vie de François Fabié dans sa maison natale, bêtises au sucre typique du Rougier.
Du 01/05 au 01/07 et du 01 au 31/10 ouvert le dimanche et les jours fériés de 14h30 à 18h30.
Du 01/07 au 30/09 ouvert tous les jours de 14h30 à 18h30
Tarifs : 2 €/enfant (de 3 à 8 ans), 3 € (de 9 à 14 ans), 5 €/adulte, 4 € groupe.

A2 - MUSÉE DE LINCOU ● ● ● ●
12170 Réquista - Tél. : 06 41 53 08 41 / 05 65 74 26 01
Visite du musée de Lincou sur la place du village, en tenue médiévale et trouve la clé du coffre-fort. Pars à la recherche du trésor du prisonnier. Réponds aux questions par thème de visite pour obtenir le diplôme de chevalier. Ouvert tous les jours de 10h à 18h du 15/06 au 30/09 et toute l'année sur réservation.
Tarifs : Visite gratuite (moins de 16 ans), 5€/adulte.

C1 - MAISON DE LA CHÂTAIGNE ● ● ● ●
Le Bourg - 12430 Aysènes - Tél. : 06 70 19 00 83
Découvre la vie du châtaignier et de son fruit grâce aux pupitres et troncs lumineux installés sur le parcours de visite. Tiens les tiroirs et réponds aux quiz ! Balade-tout ensuite sur le sentier du roc saint-roman et retrouve les réponses sur les panneaux d'interprétation du Parc naturel régional des Grands Causses. Une sucrerie au miel de châtaigner récompense les participants. Accès aux personnes handicapées moteur au RDC et diffusion vidéo de l'exposition à l'étage. Tables de Pique-nique, buvette, restaurant et parking accessibles aux camping-cars sur place.
Ouvert du 16/03 au 18/06 et du 16/09 au 01/11 : Dimanche et jours fériés de 14h à 19h.
Du 19/06 au 1/07 et du 04/09 au 16/09 : tous les jours de 14h à 19h. Du 03/07 au 03/09 : tous les jours de 10h30 à 12h30 et de 15h à 19h. Visite et jeux gratuits.

B4 - MUSÉE DES ARTS BUISSONNIERS ET CONSTRUCTION INSOLITE ● ● ● ●
Place de l'église - 12370 St-Sever-du-Moustier - Tél. : 05 65 99 97 97
Ce lieu dédié à la création artistique hors du commun rassemble des œuvres de créateurs d'Art et artisans. C'est un univers riche et très varié de peintures, dessins et sculptures insolites. Des visites ludiques sont proposées avec des jeux créatifs et un jeu de piste dans le village, qui permettront de découvrir les œuvres présentes.
Ouverture : Avril et Mai : du jeudi au samedi, de 14h30 à 18h. Juin : du mardi au samedi, de 14h30 à 18h30. Juillet et Août : tous les jours de 15h à 19h. Septembre : du mardi au samedi, de 14h30 à 18h30. Octobre : du jeudi au samedi, de 14h30 à 18h. Entrée libre. Jeux et visites ludiques : 2,5 €.

C2 - CENTRE D'ART MURAL ET D'INTERPRÉTATION DE LA FRESQUE ● ● ● ●
Saint-Victor - 12400 St-Victor et Melviu - Tél. : 05 65 62 58 21
200 m2 de visite aménagée. 2 films, 6 films, 7 jeux et 6 bornes interactives à la découverte des arts muraux, de l'Égypte Ancienne à nos jours. Une multitude de jeux et d'activités t'attendent dans l'ancien château.
D'avril à mi-juillet : samedi, dimanche et jours fériés de 10h30 à 13h et de 14h30 à 18h.
Mi-juillet à mi-septembre : tous les jours 10h à 13h et de 14h30 à 18h. Mi-septembre à mi-novembre : samedi, dimanche et jours fériés de 10h à 12h et de 14h30 à 18h.
Tarif : 2€/ personne gratuit jusqu'à 12 ans.

C2 - ÉGLISE DE ST-VICTOR ● ● ● ●
12400 Saint-Victor et Melviu - Tél. : 05 65 62 58 21
Visite la magnifique petite église de Saint-Victor qui te permettra de découvrir les fresques de Nicola.
Du 15/06 au 15/09 : visite guidée à 11h, 15h et 16h30. Hors saison sur réservation. Tarif : 56 / personne gratuit - 12 ans.

CHÂTEAUX DU PAYS DE ROQUEFORT

E2 - CHATEAU DE BROUSSE ● ● ● ●
12480 Brousse-le-Château
Tél. : 05 65 99 45 40
Pendant la visite au château, participe à un mini rallye photo et découvre, entre chevaliers, sorcières et légendes, l'histoire de cet édifice encore bien mystérieux.
Février et mars : du mercredi au dimanche de 14h à 17h.
Mai, juin, septembre : tous les jours de 14h à 18h.
Juillet et août : tous les jours de 10h à 19h.
Avril, octobre et mi-novembre : du mercredi au dimanche de 14h à 18h.
Tarifs : adulte jusqu'à 12 ans, de 3 à 5 € par pers + 12 ans et adulte.

B2 - CHÂTEAU DE COUPIAC ● ● ● ●
12250 Coupiac - Tél. : 05 65 99 79 45
Lors de ta visite au château, déguise-toi, découvre des panneaux sur la vie au Moyen Age et réponds aux questions, une récompense t'attend. Du 11 juillet au 22 août, animations médiévales, les après-midi à 15h30 sauf le samedi et visites nocturnes insolites les lundis à 21h15 sur réservation.
Pâques à Toussaint : dimanche, lundi, mardi et jours fériés de 14h à 18h. Vacances scolaires : tous les jours de 14h à 18h. (Vacances de Pâques et Toussaint : closed au trésor).
Tarifs : de 9 à 11 ans 2 €, - 5 ans gratuit, adulte 5 à 6 €, pour les nocturnes : adulte 8 €.

C1 - JARDIN DES ENCLOS ● ● ● ●
12490 Le Viata du Tarn - Tél. : 05 65 46 03 34
Le Jardin des Enclots offre aux visiteurs de tous âges un parcours sinueux parmi les plantes, leurs Enclots, des étangs, des cabinets de curiosités, de fort bizarre et des surprises pour souris. Les arts plastiques ne sont pas oubliés ni la poésie et autres expériences gustatives lors animations ponctuelles.
Apprends aussi à reconnaître les arbres et leurs nervures dans la petite cabine du bois.
Ouvert : Juillet et septembre : week-end et jours fériés de 10h à 20h - Août : tous les jours de 10h à 20h.
Tarif : 3 €. Enfant gratuit.

B2 - L'ARC EN MIEL ● ● ● ●
Maison de Roubly Haut - 12400 St-Affrique - Tél. 06 29 78 03 00
Découvrez le monde des abeilles et le métier d'apiculteur et son savoir-faire. A découvrir : ruches pédagogiques vitrées, ouverture de ruche en direct, vidéo simultanée en macro sur grand écran, dégustation de miels et gourmandises du Sud Aveyron.
Atelier Famille « Fabrication de bougies en cire d'abeilles » Parents (ou grands-parents) et enfants apprendront et fabriqueront ensemble à la miellière différents types de bougies à base de cire d'abeilles de qualité : chandelles, chauffe-plats et bougies d'anniversaire ... Chacun apprendra comment la cire est produite. Chaque famille reçoit avec ses créations. Matériel, matières premières (cire, méchans, moules...) et fiche récapitulative des étapes sont fournis.
Du 20/06/2017 au 24/08/2017 : du mardi au samedi (y compris jours fériés). Visite à 16h30. Boutique de 15h à 18h30. Du 07/09/2017 au 30/09/2017 : du mardi au jeudi. Visite à 16h30. Boutique de 15h à 18h30.
Tarifs : adulte (à partir de 14 ans) 4,5€ - enfant (à partir de 4 ans) : 3€ - gratuit pour les moins de 4 ans.
Visite (groupe) : adulte 3,5 € - enfant : 2,5 €
L'atelier a lieu chaque jeudi sur réservation du 20/07 au 24/08 de 10h à 12h (âge minimum : 5 ans). Enfants obligatoirement accompagnés d'un adulte. Places limitées. Tarif : 10 €

B2 - CHÂTEAU DE SAINT-IZAIRE ● ● ● ●
12480 Saint-Izaire - Tél. : 05 65 99 42 27 ou 05 65 99 40 31.
Pars à la découverte de ce château-fort du XIVème siècle au travers d'un jeu de découverte (Français - anglais) pour les enfants de 6 à 12 ans accompagnés.
Visite libre avec documentation.
Juillet / Aout : tous les jours de 10h à 18h.
Pâques, mois de mai, juin, septembre : week-end et jours fériés de 14h à 18h.
Janvier, février, mars : ouvert du lundi au vendredi de 14h à 16h30.
Tarifs : gratuit jusqu'à 18 ans, adulte 5 €.

MUSIQUE EN PATRIMOINE ● ● ● ●
D3 - ABBAYE DE SYLVANÈS ● ● ● ●
12360 Sylvanès - Tél. : 05 65 98 20 20.
« Raconte-moi l'abbaye » : visite à l'appui d'un livret de jeux et de devinettes pour aborder en s'amusant l'histoire et l'architecture de ce joyau de l'art cistercien !
Tarif : 2 € le livret (enfants 6-12 ans)
Mars à novembre : tous les jours 9h30 à 12h30 et 14h à 18h (19h en juillet et août).
40ème Festival de Musiques sacrées et Musiques du monde : du 9 juillet au 27 août, tous les concerts sont gratuits pour les enfants de moins de 13 ans !

SOI-ENTREPRISE ● ● ● ●
Si tu es plus acteur qu'observateur, participe alors aux divers ateliers ludiques et pédagogiques qui te sont proposés.

ATELIERS & DÉCOUVERTES THÉMATIQUES ● ● ● ●
B3 - VICTOR «L'ENFANT SAUVAGE» ● ● ● ●
Office de Tourisme du Pays St Serninois
12380 Saint-Sernin-sur-Rance - Tél. : 05 65 99 29 13
Découvre l'histoire fascinante de Victor « l'Enfant Sauvage » retrouvé dans le village de Saint-Sernin-sur-Rance à travers le film de François Truffaut.
Durée de la projection 1h25.
En juillet-août : 3 projections par jour (du lundi au samedi). A l'issue de la projection, tu pourras retirer un petit cadeau au guichet d'accueil.

B3 - À LA DÉCOUVERTE DES STATUES-MENHIRS ● ● ● ●
Office de Tourisme du Pays St Serninois - 12380 St-Sernin sur Rance - Tél. : 05 65 99 29 13
Grâce à la Dame de Saint-Sernin viens percer le mystère des énigmatiques statues-menhirs ! A travers explications et quiz tu pourras mieux les comprendre. Puis, durant un atelier modelage en argile tu pourras confectionner ta petite statue à ton image et l'emporter chez toi !
En juillet et août, chaque mardi à 15h à l'Office de Tourisme.
3 € par enfant (animation adaptée pour les 5-12 ans)

B3 - RALLYE PHOTO ● ● ● ●
Office de Tourisme du Pays St Serninois - 12380 St-Sernin sur Rance - Tél. : 05 65 99 29 13
En famille, pars à la découverte de nos villages à travers un rallye photo qui te permettra de découvrir le patrimoine.
Rendez-vous à l'Office de Tourisme pour retirer le plan de route. Gratuit.

B3 -