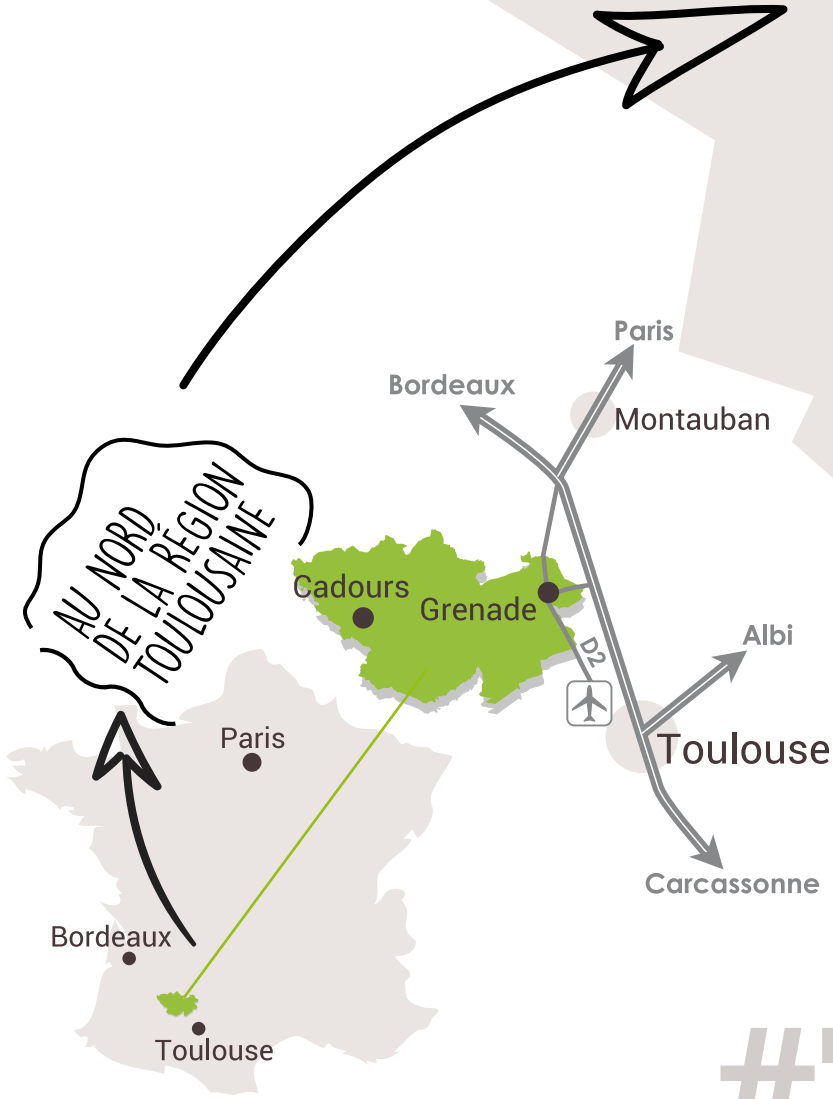
DESTINATION HAUTS TOLOSANS

TERRES FORTES DE GARONNE

LE DOSSIER DE PRESSE DE L'OFFICE DE TOURISME

Cabanac
Séguenville
Lagraulet
Saint-Nicolas
Brignemont
Cox
Puysségur
Laréole
Cadours
Vers Auch
Le Gers
Vignaux

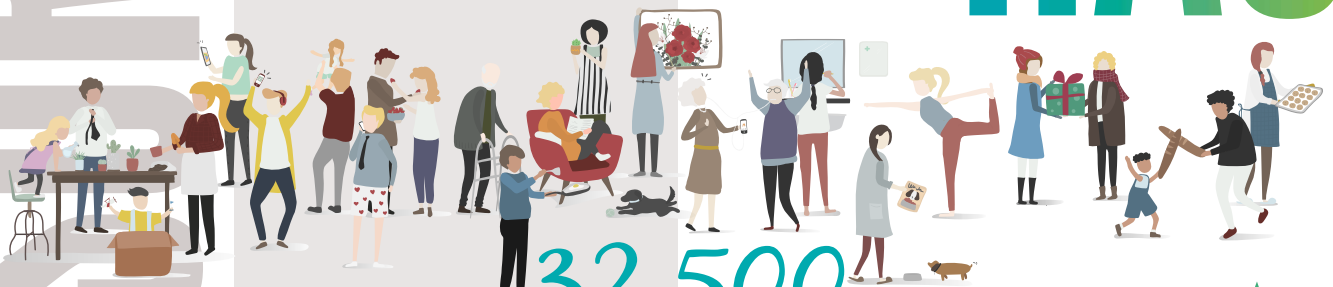

AU NORD DE LA RÉGION TOULOUSAINE
Paris
Bordeaux
Montauban
Cadours
Grenade
D2
Albi
Toulouse
Carcassonne
Paris
Bordeaux
Toulouse

#Tourisn

neHautsTolosans

MANUEL DE SURVIE

8 CHOSES QU'IL FAUT SAVOIR AVANT DE VENIR EN HAU



32 500 Habitants,

29 villages incroyables à découvrir,

En 2018 Le plus beau village de Haute-Garonne côté nature et fleurissement,

NOTE À VOUS-MÊME :
ICI LE PAIN AU CHOCOLAT EST BANNI,
LA CHOCOLATINE EST REINE !

des expressions
que l'on retrouve nulle part ailleurs

TS TOLOSANS

La plus grande Halle médiévale couverte de France,

Territoire garanti sans vampires grâce à l'AOP Ail Violet de Cadours,

Une forêt qui abrite des Dinosaures,

Un Labyrinthe digne de celui de Thésée et du Minotaure,

O Boudu con ! ce sont des sacrées vacances qui vous attendent en Hauts Tolosans.

POUR TERMINER L'INTRODUCTION, AVANT DE VOUS LAISSER DÉCOUVRIR NOS EXPÉRIENCES INCONTOURNABLES UN SECRET RIEN QUE POUR VOUS : LA SAUCISSE DE TOULOUSE, N'EST PAS TOULOUSAINE, MAIS GRENADAINE !

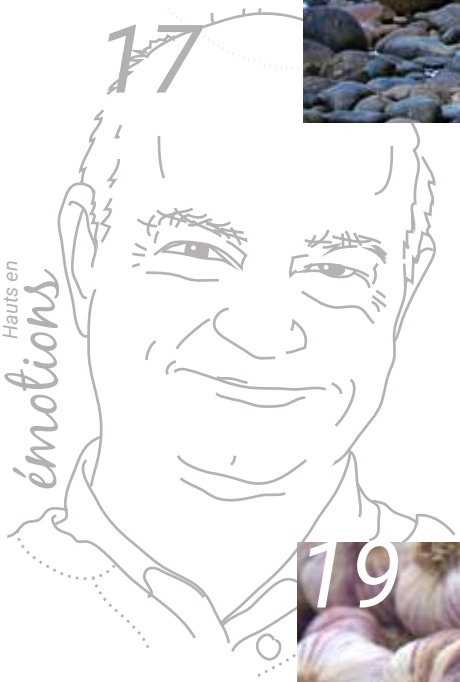
CHUUUUUT

SOMMAIRE

Hauts en aventures 13

Hauts en couleurs 11

Hauts-si pour les pitchouns 15


Hauts en émotions 17

Hauts en saveurs 19

Hauts en bonheurs 21

23

08 > 5 expériences incontournables

11 > Hauts en couleurs

13 > Hauts en aventures

15 > Hauts-si pour les pitchouns

17 > Hauts en émotions

19 > Hauts en saveurs

21 > Hauts en bonheurs

23 > Hauts en coups de cœur

5 EXPÉRIENCES INCONTOURNABLES

1

Faire son marché au cœur d'une Bastide

Pour entamer la journée quoi de mieux qu'un petit tour au marché ? Le plus réputé est celui de Grenade car il se tient tous les samedis sous la halle du 13ème siècle. Très étendu, il fait large place aux produits du terroir et aux commerçants locaux.

2

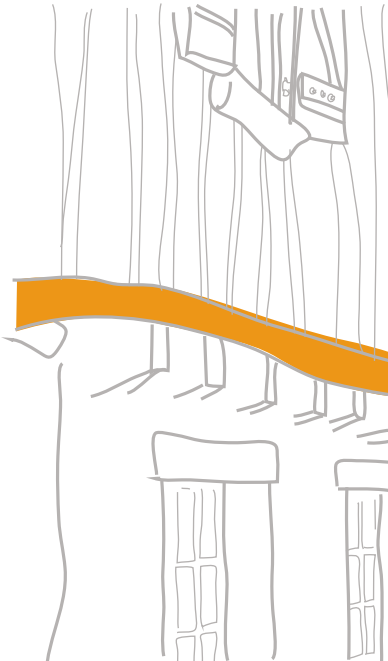
S'offrir un pique-nique dans le parc du Château de Laréole

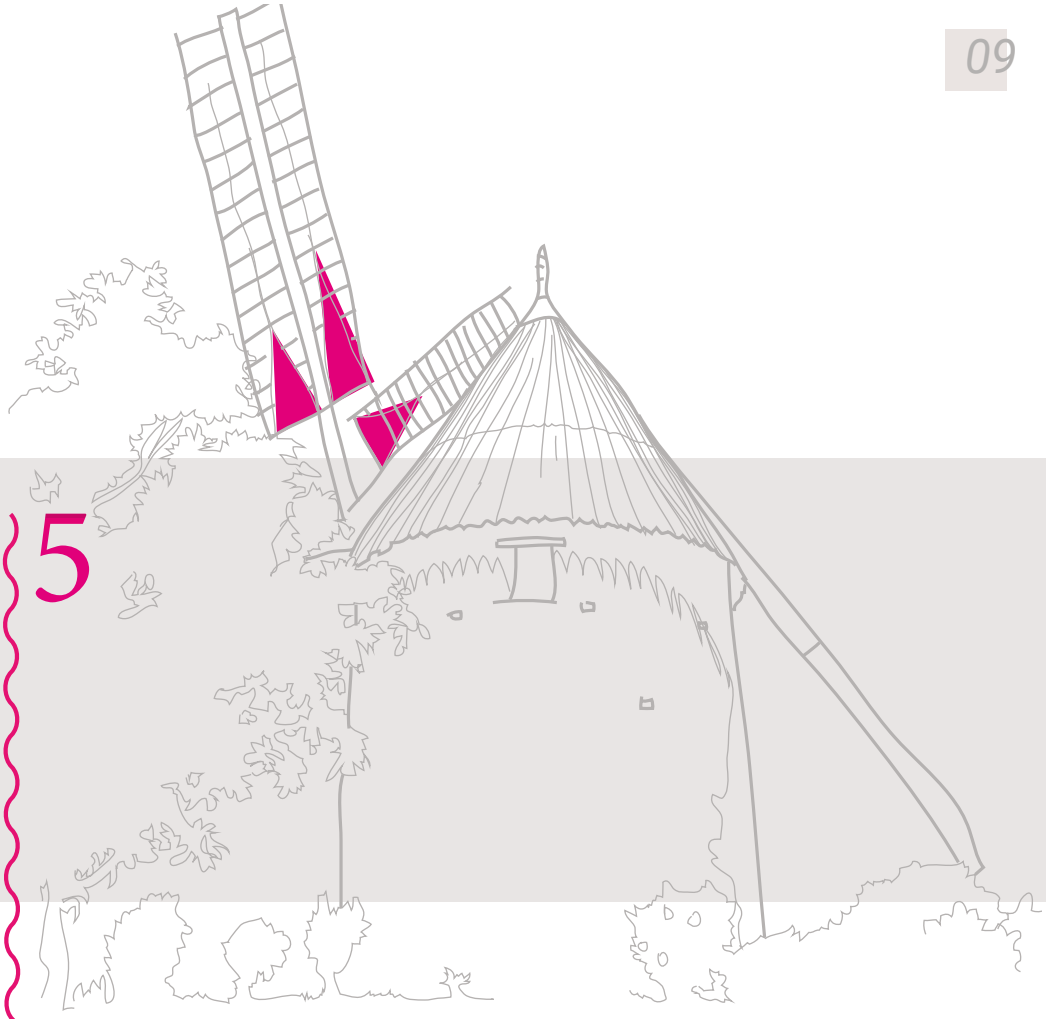
Prenons notre appareil photo et photographions sous tous les angles l'étonnante façade de brique et de pierre du Château de Laréole. Avant de partir pour la visite guidée et découvrir l'histoire foisonnante de ce merveilleux château, on s'accorde une pause pique-nique dans le grand parc vallonné. Quelques roulades dans l'herbe pour digérer, et pour terminer la journée nous savourons une orangeade à l'ombre du platane centenaire.

3

Voyager à travers le tem

Flâner dans les hameaux de maisons typiques à colomb historiques, moulins et pigeo temps. Arrêtez-vous dans le Castéra où le temps s'est arrê





4

Manger un bon cassoulet au Râtelier

Pour déjeuner on est allés au Râtelier, une ancienne ferme à la lisière de la forêt de Bouconne. Le chef avait préparé un cassoulet inoubliable. On l'a chaleureusement félicité et il nous a donné sa recette, pas sûr qu'on arrive à faire aussi bien...

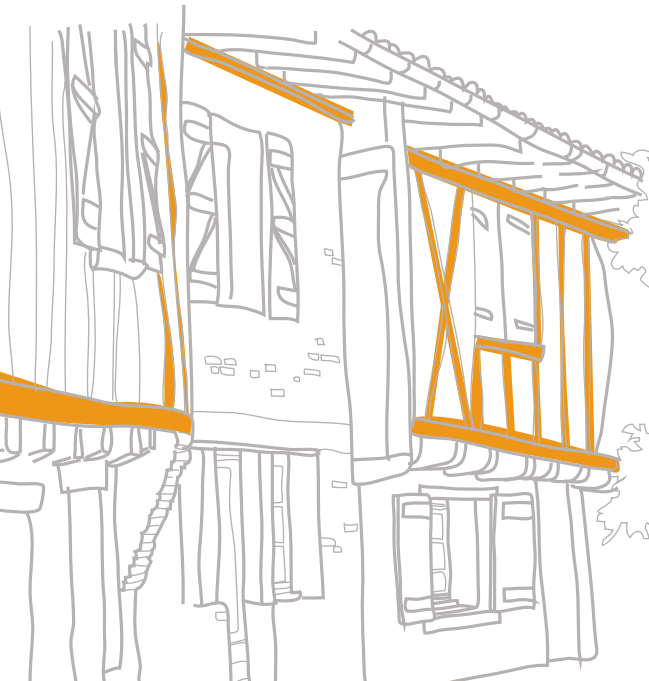
5

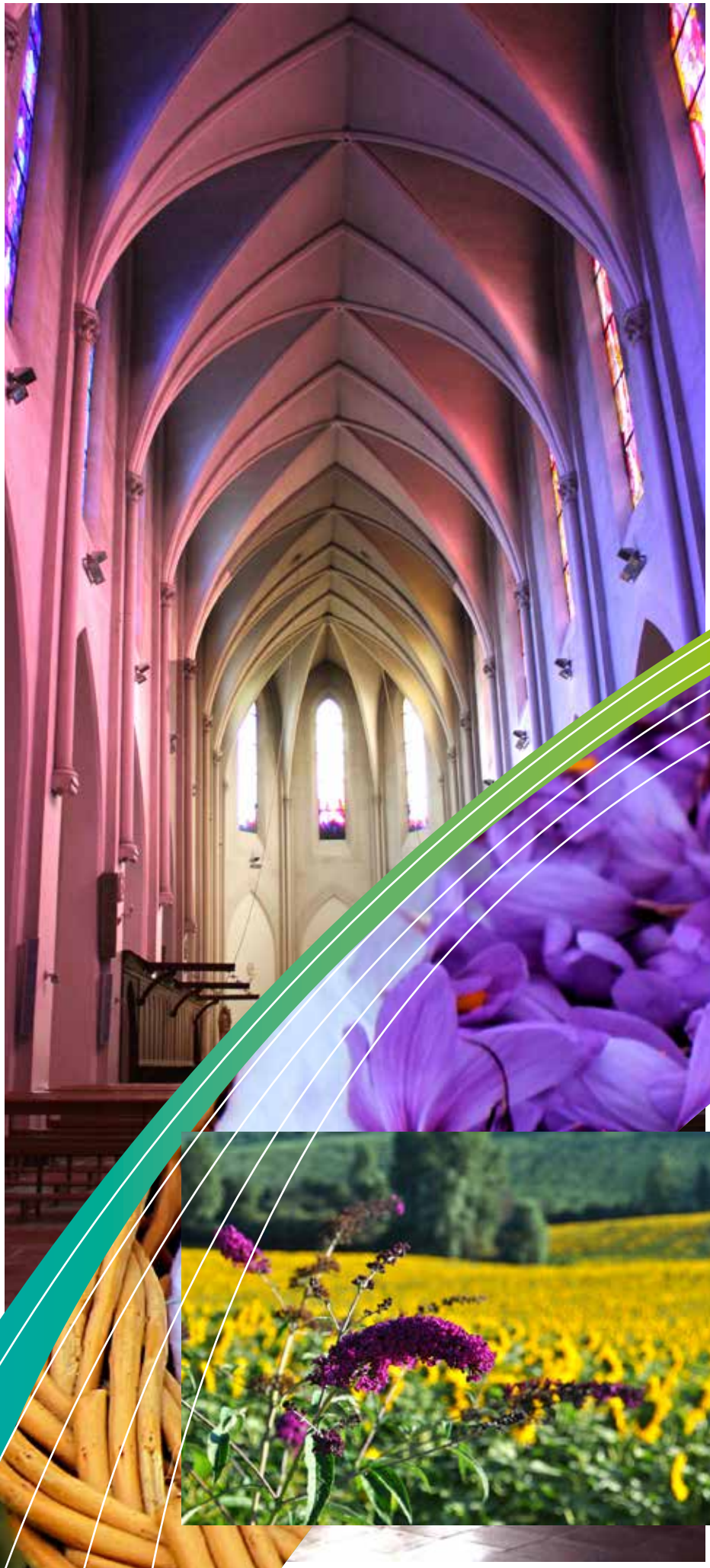
Déployer les ailes d'un Moulin

Tout le monde prend la route emballé à l'idée de voir un VRAI Moulin. Arrivé au pied du Moulin les enfants sont ébahis et font la rencontre de Gilles le meunier, passionné par son métier et son Moulin vieux de 277 ans ! Ils sont bouche bée quand il les invite à monter sur les ailes pour déployer les voiles. Avec insouciance Annah et Lila se mettent à la tâche. Avant de reprendre la route tout le monde est fier d'avoir participé à moudre le grain et de rapporter sa farine Bio.

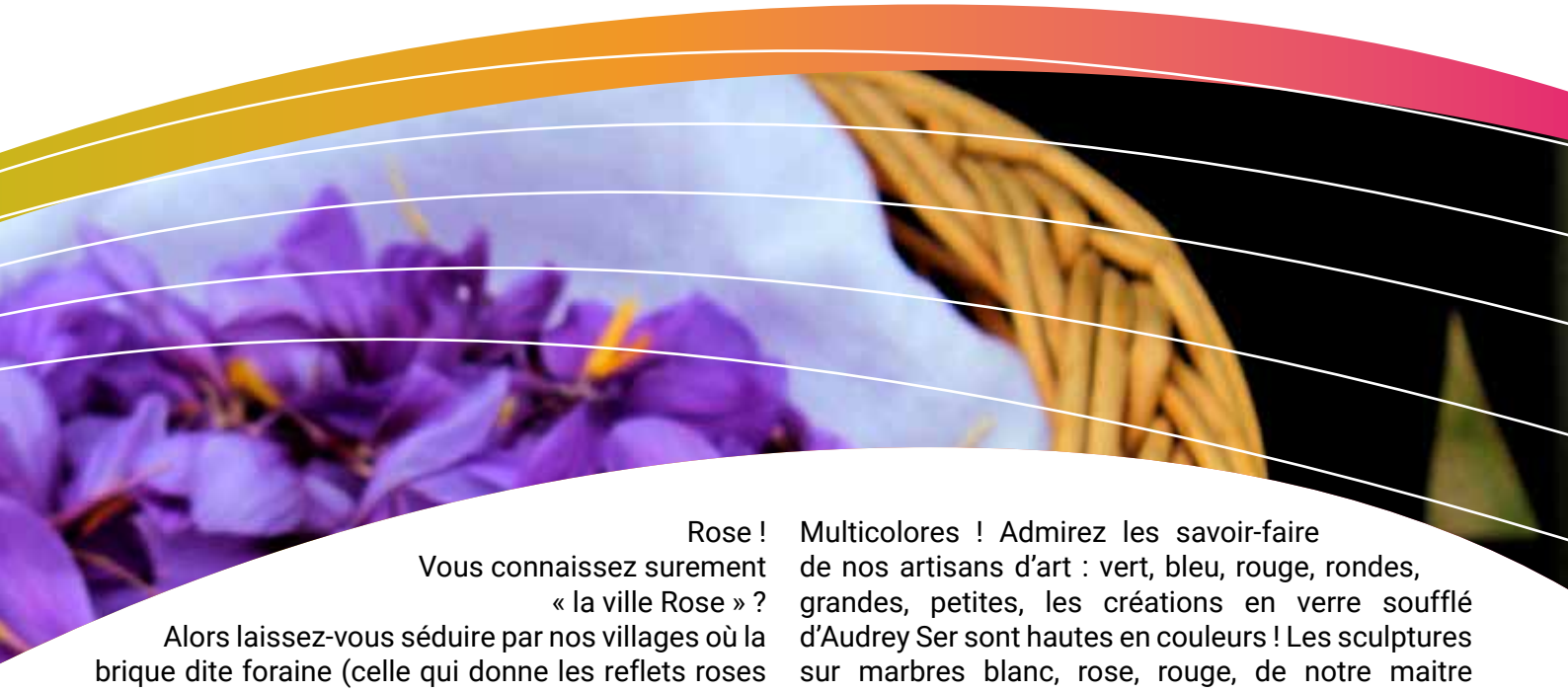
nps

notre territoire permet de découvrir des bages, ponts classés aux monuments nniers qui semblent parfois être hors du plus beau village de Haute-Garonne : au été des dizaines d'années auparavant.





HAUTS EN COULEURS



Rose !
Vous connaissez surement
« la ville Rose » ?

Alors laissez-vous séduire par nos villages où la brique dite foraine (celle qui donne les reflets roses au coucher ou lever du soleil) est omniprésente. Musardez le long des rues, découvrez églises, Halles et même pigeonniers avec leur magnifique apparat typique du Sud-Ouest.
Flânez dans les hameaux au caractère bien trempé où maisons typiques à colombages, ponts classés aux monuments historiques, moulins et pigeonniers ont été épargnés par les marques du temps.

Multicolores ! Admirez les savoir-faire de nos artisans d'art : vert, bleu, rouge, rondes, grandes, petites, les créations en verre soufflé d'Audrey Ser sont hautes en couleurs ! Les sculptures sur marbres blanc, rose, rouge, de notre maitre sculpteur David Léger sont à couper le souffle.
Mais ce n'est pas tout, vous découvrez le travail de la céramique en passant par la reliure d'art, l'aérographie, la poterie ou la coutellerie, les Hauts Tolsans c'est aussi une terre d'artistes.

A NE PAS MANQUER !

Circuit de découverte des pigeonniers en Hauts Tolosans :
Des plus simples aux plus sophistiqués. Une sélection d'une vingtaine de pigeonniers vous est proposée, afin de découvrir l'étonnante richesse du patrimoine rural près de Toulouse.

HAUTS EN AVENTURES

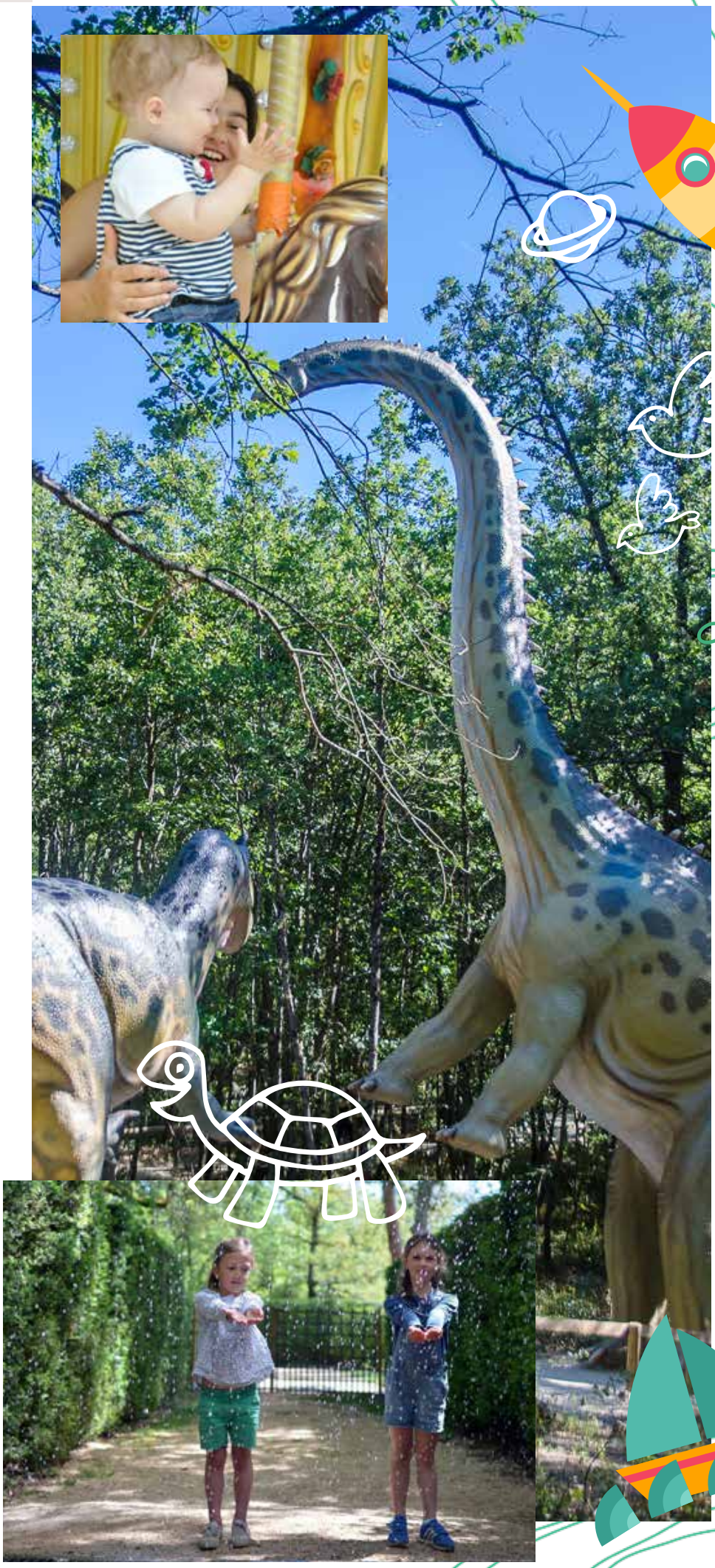
Faites le plein de sensations et vivez des moments sportifs en Hauts Tolosans ! Enfilez des bonnes chaussures, et c'est parti pour une balade en VTT sur les chemins de la forêt de Bouconne.
Aux beaux jours, il est préconisé de faire ce qu'il vous plaît, alors pensez à vos maillots de bains et mettez-vous à l'eau dans nos piscines (ou aussi) sur l'eau pour une virée sur la Garonne en Canoë-Kayak.
Pour un moment un peu plus décontracté testez une après-midi Swin-Golf, sur le seul terrain de Haute-Garonne, et pourquoi pas un mini-golf en famille dans la forêt de Bouconne.

Marcheurs d'un jour ou marcheurs toujours ménagez vos petits petons et prenez le grand air avec nos 250 km de chemins balisés faciles et accessibles.
Les cavaliers avérés ou amateurs trouveront aussi leur bonheur : balades à cheval, à poney et même à dos d'âne dans des endroits uniques à tester.

A NE PAS MANQUER !

Le Ramier de Bigorre, notre «Cul-de-Sac» à nous

Tout au fond du chemin, après avoir traversé « la comté » de peupliers, vous vous retrouvez à « Cul-de-Sac » avec Frodon et Bilbon Sacquet … Stop ! Evidemment vous n'êtes pas dans le Seigneur des Anneaux, mais je vous rassure c'est tout aussi magique. Dans un méandre de la Garonne, vous êtes dans un espace naturel protégé, où fourmillent petites bêtes et jolies plantes… En suivant les sentiers tracés, vous profitez des plaisirs d'une randonnée… Poussez la branche juste devant vous… Vous n'êtes pas sur les Terres du Milieu, mais bel et bien au bord de la Garonne…



HAUTS-SI POUR LES PITCHOUNS

Parce qu'en Hauts Tolosans on peut vivre des aventures en famille, et peu importe ce que vous choisirez de devenir, c'est une expérience inoubliable qui vous attend... Qui n'a jamais rêvé de se mettre dans la peau d'un explorateur ? Et dans celle d'un archéologue ? Et pourquoi pas dans celle d'un fermier ou d'un cavalier ?

BONS PLANS POUR TOUTE LA FAMILLE

Devenir un héros au Labyrinthe de Merville

Pour commencer la journée la petite famille s'enfonce gonflée à bloc dans les allées gigantesques du Labyrinthe ... Au détour d'un platane centenaire, absorbés par la beauté des lieux et concentrés sur leur mission, ils deviennent des aventuriers ! Mila, emplie de bienveillance aide son petit frère et sa petite sœur. Jordi, 2 ans est émerveillé par le coffre qui se trouve là au milieu de la clairière. Avec complicité ils terminent la mission et fièrement ils repartent avec leurs diplômes en poche et des souvenirs plein la tête !

Devenir pirate ou Archéologue à Animaparc

Papé et Mamé se délestent de toute inquiétude et les enfants ont hâte de devenir dans une même journée pirate et archéologue à Animaparc, au cœur de la forêt du Burgaud. Mila et Jordi sont tout excités en voyant les tracteurs, les bateaux volants, ou encore les chevaux de la grande Chevauchée, ils sont convaincus d'être des pirates et jonglent d'attractions en attractions. Puis le moment est venu de devenir des archéologues et c'est captivés qu'ils pénètrent dans l'époque du Jurassic. Le T-Rex en bouche un coin à Jordi et tout le monde est bluffé par la hauteur du Diplodocus. En sortant de la forêt ils s'accordent un moment fraîcheur dans l'espace aquatique avant de terminer la journée avec des aventures incroyables à raconter.

Fabriquer du fromage de chèvre

Jordi et Mila ont enfilé leurs bottes de fermier : direction la vallée de l'Arsenne chez François et Martine Dromard producteurs de fromage de chèvre à la Ferme d'En Barrus. Pour se mettre dans la peau d'un véritable fermier passage obligé par la découverte des animaux de la ferme avec Canelle la vache au cœur tendre qui fait fondre les enfants, Nino l'âne qui n'en fait qu'à sa tête, et la basse-cour en contre bas de la ferme. Vient ensuite l'arrivée des stars du jour « les chèvres » : caresses et câlins sont au rendez-vous. François, le maître des lieux, montre le processus de fabrication du fromage, et la récompense arrive, c'est l'heure de la dégustation !

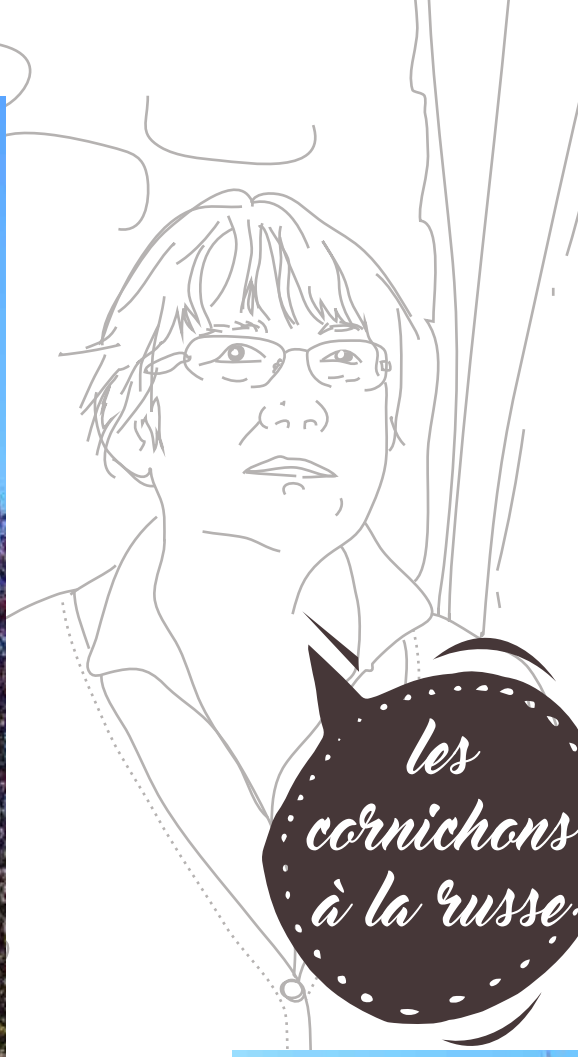
Faire une escapade à dos d'âne

Comme le dirait si bien Jamel Debouze à son fidèle destrier dans Astérix Mission Cléopâtre « hue Cannabis ! ». Direction l'Asinerie d'en Manaou où Florence et Kenza nous emmène pour un tour de calèche tirée par des ânes, avec Papa et Maman, tandis que Mila et Jordi trottinent derrière sur le dos de Noisette et Ondine, les deux ânesses. D'abord impressionnés par ces animaux quatre fois plus grands qu'eux, la fratrie s'est vite laissée prendre au jeu ! 1h de balade à travers champs et forêt pour respirer le grand air.

A NE PAS MANQUER !

Animaparc fête ses 15 ans en 2020 !

Amateurs de sensations et de manèges vous allez être ravis avec l'ouverture du rollercoaster « Spinning Coaster Triple Loop » pour un voyage surprenant à 360°. Sans compter sur le nouveau pôle Far West Express avec son Train de la Mine. Et pour encore plus de fun prenez de la hauteur avec les Tours de chute libre de + de 20m de haut, et de 7m pour les plus petits !



merci !

Boudu que c'est beau !

HAUTS EN ÉMOTIONS

En Hauts Tolosans on est susceptible de faire de belles rencontres…
Les Greeters ont « le vent poupe » : Partez avec André, Cathy, Laurent, ou encore Danielle, pour une promenade dans leur village ponctuée d'anecdotes personnelles sur la vie d'antan, la Garonne, les pêcheurs et artisans, sur une église au décor étonnant. Plongez dans leurs souvenirs et si vous êtes assez sages vous aurez peut-être le droit à des « recettes de grand-père » de cornichons aigre-doux et cornichons à la russe !

Quand j'étais petite …

Cool !

A NE PAS MANQUER !

La Maison du Potier de Cox

Faites un bond dans le passé, vous entrez dans la demeure et le lieu de travail de Joseph Laballe, dernier potier du village de Cox. Dans son ancienne poterie conservée en l'état et classé monument historique découvrez 4 siècles de fabrication de terres vernissées locales. Avec sa reconstitution du four, et les expositions de vaisselles, de jouets et d'objets du quotidien, vous deviendrez un as de la poterie.

HAUTS EN SAVEURS

L'Ail Violet de Cadours, les vampires n'ont qu'à bien se tenir !

Retrouvez le plus précoce des aulx français sur les marchés dès le mois de juillet.
Petite info pratique : il se conserve jusqu'au mois de février à température ambiante dans la cuisine. Bénéficiant de l'Appellation d'Origine Protégée (AOP) notre Ail avec son gros calibre et sa robe ivoire aux stries violacées est paré pour conquérir le marché européen. Plutôt classe non ?

Une Histoire de goût

Situés au cœur de l'Occitanie, les producteurs des Hauts Tolosans font honneur à leur grande région gastronomique. Une grande diversité de produits de qualité est issue du territoire. En passant par le miel et le foie gras pour arriver à la farine ou aux fruits et légumes, vous n'aurez de cesse que d'acheter local.

A NE PAS MANQUER !

Les bonnes tables de la destination, il y en a tellement que c'est trop difficile de choisir alors on vous donne un petit aperçu ! Vous n'aurez plus qu'à tester par vous-même :

Les gastronomiques

Le verdurier restaurant Tables et Auberges de France, La croisée des saveurs avec ses 2 distinctions dont maître restaurateur et cuisinerie gourmande.

Les authentiques

Le râtelier, la Recoleta, et le Peyrolade où cuisine traditionnelle et cadre enchanteur font partie du repas.

Et tous les autres ... Au total 23 restaurateurs, et 28 «sur le pouce» pour vous régaler.

HAUTS EN BONHEURS

« La dolce vita » les Hauts Tolosans c'est l'assurance d'avoir des animations originales pour rythmer son séjour.

Percez les secrets de la destination avec notre guide conférencière
avec *Les Rendez-vous aux Jardins* en mai-juin,
avec *Les Visites de l'Été* en juillet et août,
avec *Les Journées Européennes du Patrimoine* en Septembre,

Célébrez nos spécialités locales
avec *La Fête de l'ail* le dernier week-end d'août,

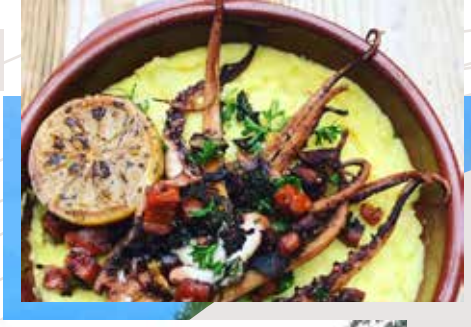
Réveillez votre âme de musicien
avec *Le Festival Guitare en Save* en juin 2020,

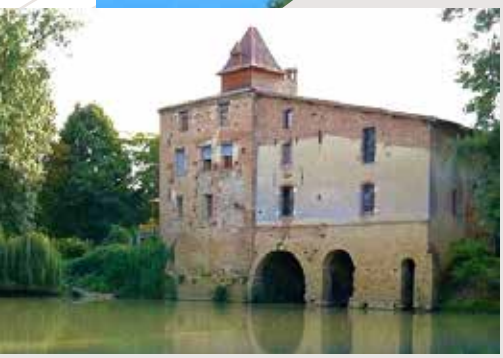
Dépaysez-vous
avec *Le Festival Wassan Africa* en juillet 2020,

Déhanchez-vous
avec *le Festival Danses et Musiques pour tous* en juillet 2020
et les nombreuses *fêtes de villages* de juin à septembre.

A NE PAS MANQUER !

Voyage au Moyen-âge le temps d'« un soir d'été au Castéra » :
C'est dans ce petit village perché où le regard se perd à l'horizon vers la chaîne des Pyrénées, que vous suivez une troupe des comédiens amateurs dans les rues pavoisées d'armoiries et d'instruments tout droit sorti du Moyen-âge. Un curé malicieux, un meunier contrarié, un couple illégitime, une famille très très nombreuse… Tous vous emmènent au XIII° siècle et vous font partager leurs aventures et mésaventures. Vous déroulez le fil de l'histoire avec l'Office de Tourisme des Hauts Tolosans ...





Les nouveautés côté « fun et activités Outdoor »

Les Taillades Swin Golf :

Devenez swinneurs, sur l'**unique** terrain de Swin Golf de Haute-Garonne ! Ce qui vous attend ce sont trois hectares qui s'étendent autour du Restaurant Les Taillades, et où la nature et le calme de la campagne toulousaine sont maîtres. **Affilié à la fédération française de Swin Golf**, le parcours comprend neuf trous avec des distances de 73 m à 166 m. Les règles de ce sport sont les mêmes que le golf mais elles sont simplifiées et les distances divisées par 2. Le matériel est composé d'un seul club et d'une balle de caoutchouc plus grosse que celle utilisée au golf. M. Debans, le propriétaire, vous propose à la location le matériel adéquat et se fait un plaisir de vous apprendre les règles de base pour un **Swin au Top** !

Les Ecuries d'En Sans :

Partez avec Laurie, accompagnatrice en tourisme équestre, pour une **balade/randonnée** à cheval au départ de Cadours vers le célèbre **Château de Laréole**, Cologne, ou encore le Lac de Thoux Saint-Criq. Découvrez les villages pittoresques des Hauts Tolosans d'une manière plus qu'originale.

(LES NOUVEAUTÉS 2020)

HAUTS EN COUPS DE CŒUR

Les nouvelles adresses du côté «bonnes tables» et «nids douillets»

Un restaurant Argentin au cœur de la Bastide de Grenade « La Recoleta » : La Recoleta, qui tient son nom du célèbre quartier Argentin vous invite à un **voyage gustatif** en Amérique Latine. Au menu pour l'année 2020 du poulpe grillé à l'espagnol (ail, persil, chorizo) : 3 heures de cuisson au court bouillon + plancha pour un plat savoureux, mais aussi des empanadas et du **bon vin d'Argentine**, et pour finir des desserts maison comme le carpaccio d'orange. Le petit plus en saison profitez des huîtres fraîches le samedi matin sur le célèbre marché de Grenade.

Un Moulin du 13ème siècle en guise de gîte : Le moulin de Pradère, est ancré sur les berges de la Save, au **Castéra**. C'est un lieu très calme, bercé par le bruit de l'eau. Son parc vous enchante avec ses grands espaces, ses grands arbres et sa **chute d'eau** à 500 m. Vous êtes immédiatement séduits par les poutres apparentes, la **cheminée**, ou encore par la terrasse couverte de 70 m². Toutes les commodités y sont réunies : une vaste entrée, une cuisine fonctionnelle, un salon de 50 m² donnant sur la terrasse et sur un **parc verdoyant**. L'étage offre 4 chambres et 4 salles d'eau, un grand espace bibliothèque et un espace bureau. Enfin au second niveau, retrouvez un dortoir en rochelle, pour 4 personnes. Un lieu idéal pour des grandes réunions de **famille**, ou tout simplement un **séjour entre amis**.

Les nouveautés du côté «savoir-faire» et patrimoine

La Ferme de la Come : Goûtez du **cidre du Sud-Ouest** au cœur d'un nouveau verger c'est désormais possible avec la Ferme de la Come, située à Bellegarde-Sainte-Marie, non loin de l'**Abbaye du XIX**ème siècle. Pour la cuvée 2020 ce sont quatre variétés de cidres et **jus de pommes** qui sont produites : le pur jus de pomme sans ajout de sucre ni d'eau, le cidre pomme-poire plus léger en bouche, le cidre pomme-coing aux arômes particuliers et le cidre BLC **vieilli en fut d'Armagnac** pour le petit goût de Gascogne toulousaine. Un savoir-faire peut répandu dans la région qui mérite le détour et la **dégustation**.

La Safranière d'En Marnac : C'est surprenant, et c'est « made in Hauts Tolosans » ! Découvrez la culture du **Safran français** avec Cheikh, maraîcher passionné par son métier. C'est en 2017 qu'il se lance dans la culture du safran dans le secteur des **Hauts Tolosans**, en créant une Safranière, avec des bulbes «Crocus sativus» certifiés **Ecocert** et français. En parallèle de la culture du Safran, Cheikh fait du maraîchage ainsi que de la **permaculture** de saison. Il vous propose de le rejoindre dans son aventure du Safran en vous faisant visiter son exploitation au mois d'octobre lors de la floraison des crocus. Il vous invite aussi tout au long de l'année à profiter de ses recettes ainsi que des **spécialités faites maison**. Sur place également, la vente de pistils. Un détour incontournable vers le **savoir-faire** Haut-Garonnais.

Les grands évènements 2020 !

Déjà 15 ans pour le *festival Wassa'n Africa à Launac* : En Nigérian Wassan signifie jouer, faire la fête. C'est le festival de toutes les cultures et les **musiques africaines** : Spectacles, stages, artisanat africain...
Les organisateurs vous invitent à venir rencontrer des associations humanitaires qui travaillent toute l'année en Afrique. Un week-end inoubliable de musique et de fête avec des **grandes surprises** à venir pour la 15ème édition !

OFFICE DE TOURISME
INFOS PRATIQUES

La boutique de l'OT

Nous rencontrer

Office de Tourisme
des Hauts Tolosans
38 rue Victor Hugo
31330 Grenade sur Garonne
Tél. : 05 61 82 93 85
tourisme@hautstolosans.fr

Horaires d'ouverture

Juillet & Août

du lundi au samedi
de 9h à 12h30
et de 14h à 18h30

le dimanche
de 10h à 12h

Juin & Sept.

du lundi au samedi
de 9h à 12h30
et de 14h à 18h,

fermé les dimanches
et jours fériés

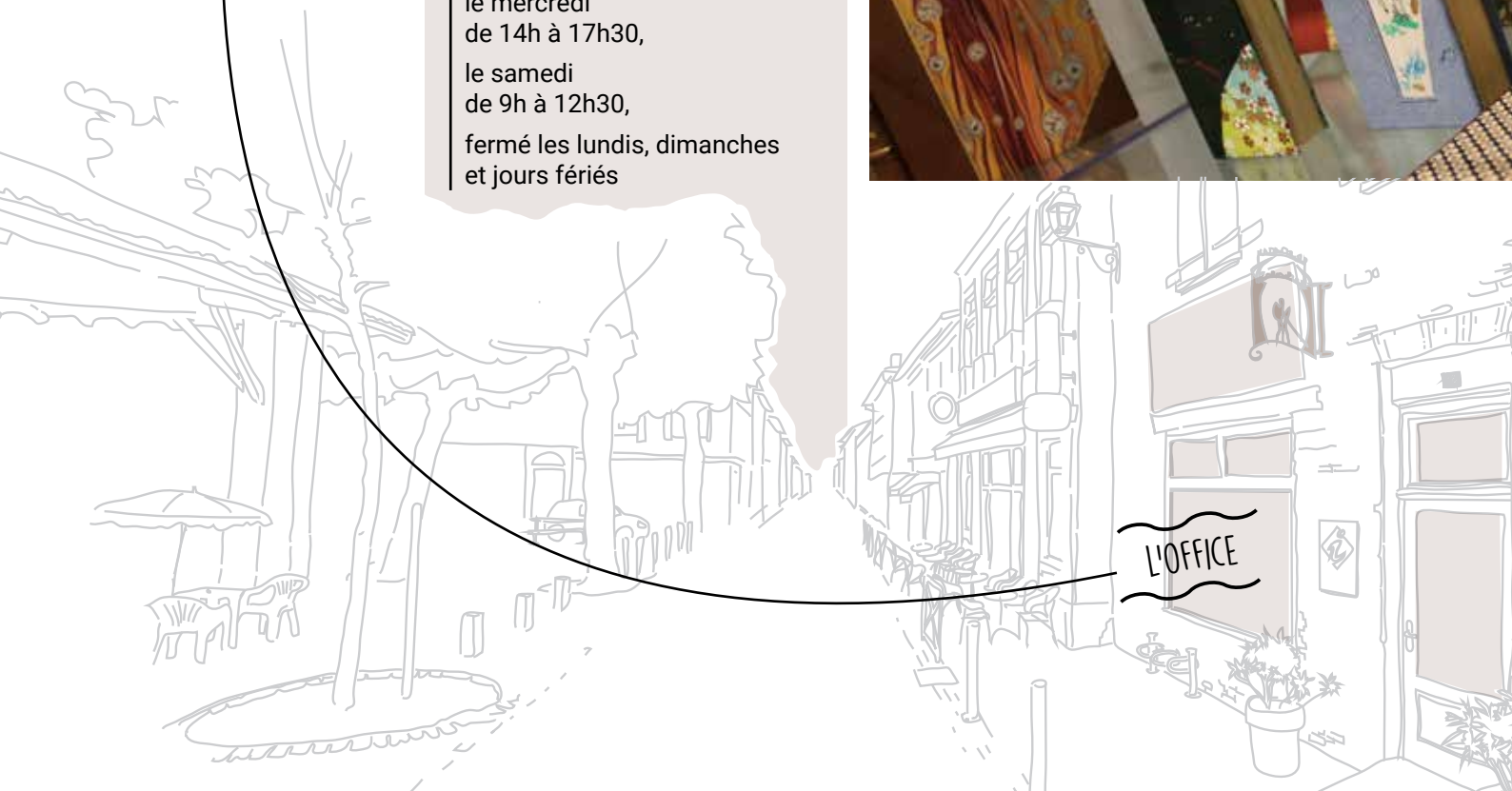
1er Oct. > 31 Mai

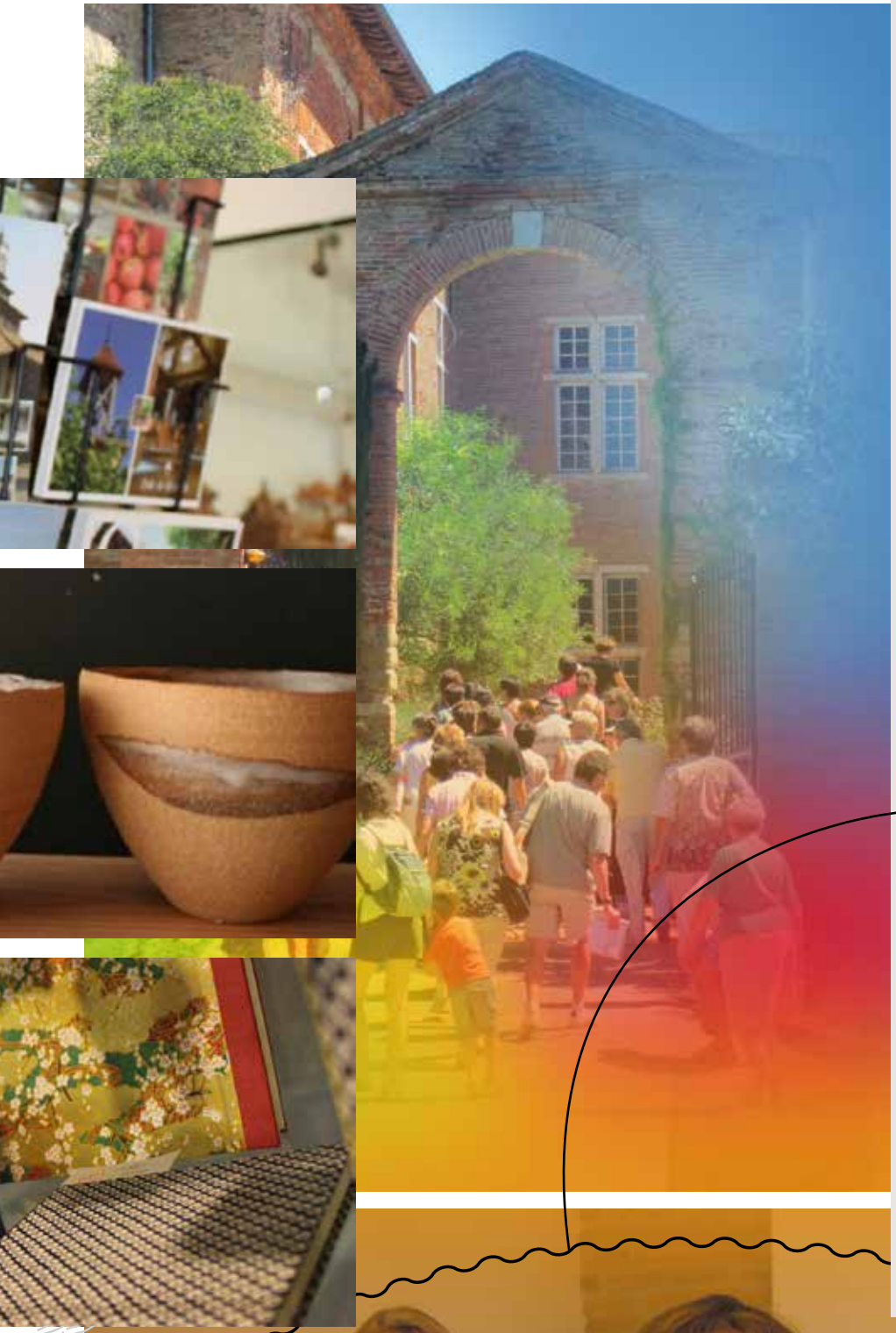
le mardi, jeudi et vendredi
de 9h à 12h30
et de 14h à 17h30,

le mercredi
de 14h à 17h30,

le samedi
de 9h à 12h30,

fermé les lundis, dimanches
et jours fériés





Notre équipe

Edwige MASSE
Directrice de l'Office de Tourisme des Hauts Tolosans
edwige.masse@hautstolosans.fr

Chantal SELIER
Conseillère en séjour
Guide Conférencière
chantal.selier@hautstolosans.fr

Camille SIMON
Conseillère en séjour
Chargée de communication et de commercialisation
camille.simon@hautstolosans.fr

LES HAUTS TOLOSANS EN IMAGES

HAUTS TOLOSANS

OFFICE DE TOURISME