

Agenda de vos

Sorties

01/02/2025-28/02/2025



AVANT  
PREMIÈRE

RÉOUVERTURE DE  
VOTRE CINÉMA

GOD SAVE THE

# TUCHE



DIMANCHE 2 FÉVRIER - 16h00



## Au fil des jours...

Festivals, Balades, Ateliers,  
Compétitions, Dégustations,  
Concert... ..

### SUR LES CHEMINS DE L'ECOLE

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 01/02/2025

Jeu, concours



L'AGORA organise à la Maison des Loisirs une journée de Certificat d'Etudes conviviale et accessible à tous. Au programme : Français, Histoire Géo et Mathématiques avec repas et goûter !

18 Rue du Barry  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 7 70 07 38 05

AGORA



de 09h15 à 16h00

### L'OR ET L'ARSENIC

FELINES-MINERVOIS

le 01/02/2025

Dédicace et rencontre d'artiste



Rencontre avec Nicolas Rouillé pour la présentation de son ouvrage "L'or et l'arsenic "

Bibliothèque  
34210 FELINES-MINERVOIS  
+33 6 79 46 96 28

club felinois



10h30

## DUO MARIE ARMANDE

AZILLANET

le 01/02/2025

Concert



©Le Couvent - Azillanet

Une soirée restaurée MARIE ARMANDE , Des Caraïbes à l'Océan Indien, le duo explore à sa manière le répertoire des chansons insulaires pour en proposer une interprétation toute singulière, où la

7 Rue du Couvent  
34210 AZILLANET  
+33 6 79 05 84 78

🕒 18h00

Tarifs : Ad 10 €-Prix du repas

## RÉOUVERTURE DU CINEMA STAR

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 02/02/2025

Projection, cinéma



Cinema Star

Réouverture du Cinéma Star avec en Avant Premiere le film "God Save the Tuche"

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 16h00

Tarifs : Enf : 5 €, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## "MUFASA : LE ROI LION"

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 05/02/2025

Projection, cinéma



Cinema Star

Au programme de la séance : "Mufasa : Le Roi Lion" de Barry Jenkins

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 14h00

Tarifs : Enf : 5 €, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## "SONIC 3"

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 05/02/2025

Projection, cinéma



Cinéma Star

Au programme de la séance : "Sonic 3" De Jeff Fowler

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 16h30

Tarifs : Enf : 5 €, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## "LA CHAMBRE D'À CÔTÉ"

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 05/02/2025

Projection, cinéma



Cinéma Star

Au programme de la séance : "La Chambre d'à côté" De Pedro Almodóvar

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 20h30

Tarifs : Enf : 5 €--16ans, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## PERCUSSIONS CORPORELLES

AZILLANET

le 06/02/2025

Stage / Atelier



©Le Couvent - Azillanet

Susanne propose des ateliers de percussions corporelles, pour vibrer en rythme et en joie. Musiques, explorations et aventures à partir de vous même, tout entier !

7 Rue du Couvent  
34210 AZILLANET  
+33 7 86 30 99 46  
info@homeofresonance.com

🕒 de 19h00 à 20h30

## LES JEUDIS JEUX

AZILLANET

le 06/02/2025

Jeu, concours



©Le Couvent - Azillanet

Les jeudi jeux du couvent Au cafe Associatif du Foyer rural d'Azillanet

7 Rue du Couvent  
34210 AZILLANET  
+33 6 52 54 06 24  
lecouvent@protonmail.com

🕒 de 20h00 à 23h00

## "LA CHAMBRE D'À CÔTÉ" - VO

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 07/02/2025

Projection, cinéma



Cinéma Star

Au programme de la séance : "La Chambre d'à côté" De Pedro Almodóvar

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 18h30

Tarifs : Enf : 5 €, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## AVANT MÊME L'AVENIR ÉTAIT MEILLEUR

LA CAUNETTE

le 07/02/2025

Théâtre



CDCMC

Théâtre - God Bless Compagnie C'est la rencontre absurde, on-ne-sait-trop comment, d'un journaliste avec un couple de sexagénaire qui nous parle de leurs 40 ans de vie commune.

L'Ostal de la Cesse  
34210 LA CAUNETTE  
+33 4 67 97 06 65

🕒 20h30

## "VINGT DIEUX"

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 07/02/2025

Projection, cinéma



Cinéma Star

Au programme de la séance : "Vingt dieux" De Louise Courvoisier

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 20h45

Tarifs : Enf : 5 €--16ans, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## ATELIER FENG SHUI

COLOMBIERES-SUR-ORB

le 08/02/2025

Stage / Atelier



arbre a palabre

Initiez-vous à l'art traditionnel du FengShui pour harmoniser votre intérieur et favoriser votre bien être Animé par Pauline Bru

Chemin des Gorges  
34390 COLOMBIERES-SUR-ORB  
+33 4 48 26 00 85  
bonjour@librairielarbreapalabres.fr

🕒 14h30

Tarifs : Ad 20 €

## "SONIC 3"

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 08/02/2025

Projection, cinéma



Cinéma Star

Au programme de la séance : "Sonic 3" De Jeff Fowler

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 16h30

Tarifs : Enf : 5 €, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## "VINGT DIEUX"

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 08/02/2025

Projection, cinéma



Cinéma Star

Au programme de la séance : "Vingt dieux" De Louise Courvoisier

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 18h45

Tarifs : Enf : 5 €--16ans, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## "MUFASA : LE ROI LION"

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 08/02/2025

Projection, cinéma



Cinema Star

Au programme de la séance : "Mufasa : Le Roi Lion" de Barry Jenkins

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 20h45

Tarifs : Enf : 5 €, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## ANNULATION - CARNAVAL DU MIMOSA - EDITION 2025

le 09/02/2025

Carnaval



OTMC

ANNULATION - La traditionnelle fête célébrant le retour des beaux jours après la période hivernale, avec un défilé carnavalesque, la buffatière et d'un marché du terroir .

34460 ROQUEBRUN  
+33 4 30 41 78 42

## VIDE GRENIER

SIRAN

le 09/02/2025

Vide-grenier



Vide grenier au profit des ecoles de siran et de la livinière Buvette et restauration sur place Vente de gateaux

Foyer rural  
34210 SIRAN  
+33 6 15 73 64 87

APE SIRAN LA LIVINIERE

🕒 de 09h00 à 17h00

## "EN FANFARE"

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 09/02/2025

Projection, cinéma



Au programme de la séance : "En fanfare" De Emmanuel Courcol

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

Cinéma Star

🕒 14h00

Tarifs : Enf : 5 €, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## "MUFASA : LE ROI LION"

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 09/02/2025

Projection, cinéma



Au programme de la séance : "Mufasa : Le Roi Lion" de Barry Jenkins

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

Cinéma Star

🕒 16h15

Tarifs : Enf : 5 €, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

## ATELIER D'EUTONIE

SAINT-ETIENNE-D'ALBAGNAN

le 11/02/2025

Stage / Atelier



ATELIER D'EUTONIE Pratique corporelle, observation de ses sensations, en mouvement ou en repos Pour participer, s'inscrire auprès de Geneviève

28 Grand'Rue  
34390 SAINT-ETIENNE-D'ALBAGNAN  
+33 6 44 23 73 49

DISPENSIRE DES HTS CANTONS

🕒 de 16h00 à 18h00

Tarifs : Ad 5 €-Adhésion 5 euros, Participation à l'atelier libre et nécessaire.

**"CONCLAVE"**  
SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 11/02/2025  
Projection, cinéma



Au programme de la séance : "Conclave" De Edward Berger

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 18h30

Tarifs : Enf : 5 €, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

**"LA CHAMBRE D'À CÔTÉ"**  
SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 11/02/2025  
Projection, cinéma



Au programme de la séance : "La Chambre d'à côté" De Pedro Almodóvar

12 Place du Foirail  
34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 21 83

🕒 21h00

Tarifs : Enf : 5 €--16ans, Ad 8 €, Réd : 6,50 €

**BIODANZA**  
SAINT-ETIENNE-D'ALBAGNAN

le 13/02/2025  
Stage / Atelier

Découvrez la magie de la Biodanza !

28 Grand'Rue  
34390 SAINT-ETIENNE-D'ALBAGNAN  
+33 6 44 23 73 49

DISPENSARE  
DES HAUTS-CANTONS

DISPENSARE DES HTS CANTONS

🕒 17h00

Tarifs : Ad 5 €-Adhésion 5 euros, Participation à l'atelier libre et nécessaire.

**LES JEUDIS JEUX**  
AZILLANET

le 13/02/2025  
Jeu, concours



Les jeudi jeux du couvent Au cafe Associatif du Foyer rural d'Azillanet

7 Rue du Couvent  
34210 AZILLANET  
+33 6 52 54 06 24  
lecouvent@protonmail.com

🕒 de 20h00 à 23h00

## LE ROAD-MOVIE DU TAUREAU BLEU

FELINES-MINERVOIS

le 15/02/2025

Théâtre



Ateliers du vivants

SAISON LES RUGISSANTES #3 - Ecriture, conception et jeu Frédéric Naud à partir de 8 ans Un récit déjanté et débordant d'amitié et d'amour naissant.

Le Cellier  
34210 FELINES-MINERVOIS  
+33 6 64 16 05 08  
techniquefarouche@gmail.com  
www.ateliersduvivant.com/festival-jours-de-bulles-mai-2023/

 20h30

## PERCUSSIONS CORPORELLES

AZILLANET

le 20/02/2025

Stage / Atelier



©Le Couvent - Azillanet

Susanne propose des ateliers de percussions corporelles, pour vibrer en rythme et en joie. Musiques, explorations et aventures à partir de vous même, tout entier !

7 Rue du Couvent  
34210 AZILLANET  
+33 7 86 30 99 46  
info@homeofresonance.com

 de 19h00 à 20h30

## LES JEUDIS JEUX

AZILLANET

le 20/02/2025

Jeu, concours



©Le Couvent - Azillanet

Les jeudi jeux du couvent Au cafe Associatif du Foyer rural d'Azillanet

7 Rue du Couvent  
34210 AZILLANET  
+33 6 52 54 06 24  
lecouvent@protonmail.com

 de 20h00 à 23h00

## FÊTE DU COCHON

SAINT-PONS-DE-THOMIERES

le 23/02/2025

Animation locale



Les Tamarous

Au cœur du village, grande foire au produits du terroir, petits déjeuner et repas, animations pour petits et grands.

34220 SAINT-PONS-DE-THOMIERES  
+33 4 67 97 06 65  
tourisme@minervois-caroux.com

## TROC DE MOTS

AZILLANET

le 26/02/2025

Conte / Lecture

# TROC DE MOTS

Soirée poétique  
à 20h au Couvent d'Azillanet

Le foyer rural propose ses soirées "Troc de mots", une soirée poétique tous les derniers mercredis du mois

7 Rue du Couvent  
34210 AZILLANET  
+33 6 83 12 97 86

©Le Couvent Azillanet

## ATELIER D'EUTONIE

SAINT-ETIENNE-D'ALBAGNAN

le 26/02/2025

Stage / Atelier

# DISPENSARE DES HAUTS-CANTONS

ATELIER D'EUTONIE Pratique corporelle, observation de ses sensations, en mouvement ou en repos Pour participer, s'inscrire auprès de Geneviève

28 Grand'Rue  
34390 SAINT-ETIENNE-D'ALBAGNAN  
+33 6 44 23 73 49

DISPENSARE DES HTS CANTONS



de 16h00 à 18h00

Tarifs : Ad 5 €-Adhésion 5 euros, Participation à l'atelier libre et nécessaire.

## LES JEUDIS JEUX

AZILLANET

le 27/02/2025

Jeu, concours



Les jeudi jeux du couvent Au cafe Associatif du Foyer rural d'Azillanet

7 Rue du Couvent  
34210 AZILLANET  
+33 6 52 54 06 24  
lecouvent@protonmail.com

©Le Couvent - Azillanet



de 20h00 à 23h00



# Les marchés permanents

Les heures de début et de fin de marché peuvent varier en fonction de la météo et de la saison. Des annulations sont possibles pour diverses causes : mauvais temps, grèves, etc.

## Le mardi:

**Olonzac**, de 7h à 13h.

## Le mercredi :

**Saint-Pons-de-Thomières**, de 8h à 13h.

## Le jeudi :

**Mons la Trivalle**, de 8h à 13h.

## Le vendredi :

**Roquebrun**, de 8h à 13h.

## Le samedi :

**Oupia**, de 9h à 12h.

**Félines-Minervois**, de 8h à 13h.

## Le dimanche:

**Olargues**, de 8h à 13h

**Saint Julien**, de 7h à 12h.

**Saint-Pons-de-Thomières**, de 9h à 12h.



# Les marchés court-circuits

## Circuits courts 34 - Agel :

Le jeudi de 17h à 19h, tous les 15 jours.

Plus d'info : [circuits.courts34@gmail.com](mailto:circuits.courts34@gmail.com)



## Expositions

Découvrez des mondes artistiques captivants et laissez-vous emporter...

du 15/01/2025 au 12/02/2025

"AMANDIERS & PLATANES"

LA LIVINIERE

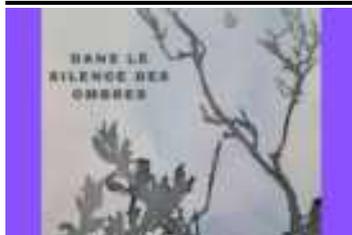


Exposition de Jean-Pierre Montaron : "Amandiers et platanes"  
5place de l'église 34210 LA LIVINIERE +33 4 68 43 96 93

du 21/11/2024 au 28/02/2025

DANS LE SILENCE DES OMBRES

FELINES-MINERVOIS

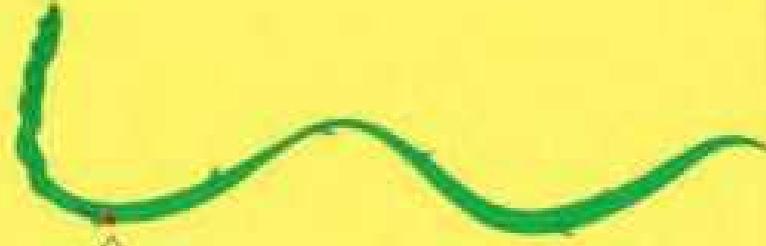


Le Grand café Occitan accueille l'exposition d'Olivier Giraud "Dans le silence des ombres".  
7 Rue de l'Occitanie 34210 FELINES-MINERVOIS +33 4 30 16 62 72

# L'asPerge sauvage, DOMPTEZ-LA!



Alors les filles...  
on se sent un >  
peu à l'airait ?



SPARTAGEZOMMELETTE  
(Eggsplit, omelette-la)

# PRINTEMPS



## OMELETTE AUX ASPERGES SAUVAGES

Médicaments d'asperges sauvages

### INGRÉDIENTS

4+

- 8 œufs
- Une botte d'asperges
- Huile d'olive
- Sel et poivre

### Attention :

Les asperges sauvages contiennent de la silymarine, un composé qui agit sur le foie et les reins.

8 œufs

- 1 poignée d'asperges
- Huile d'olive
- Sel et poivre

### Conseils :

Pour les vérifier, vérifiez l'absence de pesticides (voir le site de l'INRA).

Cruës, cuites, en vinaigrette, avec des pâtes... Les asperges sauvages se cuisinent selon vos envies et votre créativité!

### PRÉPARATION

1. Laver (finir) les asperges.
2. Couper (finir) les parties dures des extrémités.
3. Faire revenir (sur feu) dans une poêle les asperges dans un peu d'huile d'olive 5 min à 8 min. Puis couvrir (couvrir) : 5 min supplémentaires. Les asperges doivent être tendres mais croquantes.
4. Battre (finir) les œufs dans un récipient et les assaisonner (assaisonner).
5. Verser (verser) les œufs sur les asperges dans votre poêle.
6. Laisser cuire à votre convenance.

À savoir : Dans certains cas, le Tamarix chinensis est également appelé asperge sauvage. Mais il ne s'agit pas de la véritable asperge sauvage. Même si les jeunes pousses peuvent être consommées, elles peuvent être associées à des problèmes de santé.

© 2015 République Française  
Ministère de l'Agriculture, de la Pêche et de l'Alimentation  
Tous droits réservés. Toute réimpression est interdite.

# À DÉFAUT D'AVOIR LA DATATE, J'AI UNE DE CES FRITES !

Pas n'importe laquelle...  
Celle du

# NAVET DU PARDAILHAN



LE CONSEIL RÉGIONAL DE  
NORMANDIE  
Haute-Normandie  
Normandie

HIVER



## FRITES DE NAVET DU PARDAILHAN

Appel de Pardailhan

### INGRÉDIENTS

4-4

100 g de navets (10)  
100 g de frites (10)

100 g de farine (10)

100 g de miel (10)

100 g de sel (10)  
100 g de sucre (10)

100 g de huile (10)

100 g de farine (10)

100 g de sucre (10)

100 g de miel (10)

100 g de sel (10)

100 g de sucre (10)

100 g de miel (10)

100 g de sel (10)

400 g de navet de  
Pardailhan

100 g de farine

100 g de miel

100 g de sucre  
100 g de sel

100 g de farine  
100 g de sucre

100 g de miel  
100 g de sel

100 g de farine  
100 g de sucre

100 g de miel  
100 g de sel

### PRÉPARATION

**Moutarde au miel et aux épices**

Mélanger (mélanger) tous les ingrédients, puis réserver.

**Frites de navet du Pardailhan**

1. Éplucher (navet) et laver les navets.

2. Tailler (navet) en frites de 6 à 7 cm de long et 6 mm d'épaisseur.

3. Frier (frite) à 150°.

4. Saler (frite) et déglacer (frite) le tout, accompagné de la moutarde au miel et aux épices.

5. Compléter (compléter) le tout d'escalopes de poulet panées aux noisettes !

De part sa forme allongée, sa peau noire et son goût incomparable, certains l'appellent "l'or noir" du Haut-Languedoc.

En effet, le navet du Pardailhan possède une chair tendre et délicate à la saveur douce, légèrement sucrée, dont les arômes évoquent la moutarde et le jusquin.

Il est reconnu "Sentinelle Sans Frontière". Il s'agit de produits traditionnels en voie de disparition, qu'il est nécessaire de soutenir pour maintenir une biodiversité culinaire.



Pour garantir son origine et sa qualité, il existe une association de producteurs de navets du Pardailhan, reconnaissable à ce logo.

© Conseil Régional de Normandie - Haute-Normandie - Normandie



## NOS BUREAUX D'INFORMATIONS TOURISTIQUES :

### MINERVE

Place du Monument aux Morts

Mercredi, Vendredi et Samedi  
de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h.

### MONS LA TRIVALLE

Avenue de la Gare

Mardi, Vendredi et Samedi  
de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h.

### ST PONS DE THOMIERES

2 place du Foirail

Mercredi, Vendredi et Samedi  
de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h.

Chaque accueil est ouvert 3 jours par semaine.  
Nous restons disponibles  
par téléphone, via messenger ou via le chat en ligne.



## OFFICE DE TOURISME DU MINERVOIS AU CAROUX

Tél : 04 67 97 06 65

mail : [tourisme@minervois-caroux.com](mailto:tourisme@minervois-caroux.com)

[www.minervois-caroux.com](http://www.minervois-caroux.com)

**#SOYEZNATURE**  
**#DUMINERVOISAU CAROUX**