

# Échappées en Cœur de Garonne

La Newsletter



## L'actu de l'office de tourisme

Réouverture des bureaux de Martres-Tolosane et Rieumes depuis le 1er mars.  
Pour rappel de nos horaires d'ouverture à partir du 1er avril :

### Cazères :

#### Mardi au vendredi

9h30 à 12h30

14h30 à 17h00

#### Samedi

9h00 à 12h30

### Martres-Tolosane :

#### Mercredi au vendredi

9h30 à 12h30

14h30 à 17h00

#### Samedi

14h30 à 17h00



### Rieumes :

#### Mardi, mercredi, vendredi

9h30 à 12h30

14h30 à 17h00

#### Samedi

9h00 à 12h30

Nous sommes en pleine préparation de la saison rendez-vous :

- le 30 avril pour l'éductour des prestataires
- le 29 juin pour la Grande Traversée de Haute-Garonne
- le 19 juillet pour le festival itinérant Cœur Estival à Montégut-Bourjac
- le 23 août pour le festival itinérant Cœur Estival à Mauran



[> NOUS CONTACTER ...](#)



## Évènements à la une : L'Ariège et la Haute-Garonne



Venez assister à l'évènement annuel de Ferme en Ferme autour de l'eau

📍 En Ariège et Haute-Garonne  
📅 26 et 27 avril 2025 de 10 à 17h

+ de **50 fermes** à découvrir

### Au programme :

- Visites Commentées
- Animations Gratuites
- Petite Restauration
- Vente de Produits Fermiers

**La Ferme du Matet** (Martres-Tolosane) vous invite à venir découvrir notre lieu de travail, nos pratiques et nos produits à travers des visites commentées, des démonstrations de traction animale, des projections, des animations autour de l'eau et des dégustations.

**LA FERME DU MATET**  
**1B Chemin des Boupax**  
**31220**  
**MARTRES-TOLOSANE**

**Des Lys à la Ferme** : une petite ferme attachée au territoire, à sa diversité.

Tous les animaux sont enthousiastes pour vous accueillir : un moment de partage sur le monde paysan et rural, convivial, plein d'échanges et de découvertes !

**DES LYS A LA FERME**  
**Chemin Estargues**  
**Lieu-dit les Magrères**  
**31370**  
**POUCHARRAMET**

[> EN SAVOIR PLUS ...](#)



**Une exploitation maraîchère près de chez vous.**

Venez leur rendre visite et achetez vos légumes bio de saison.

📍 734 Chemin de la Serre 31370 Poucharramet

☎ 06.42.40.31.37 ou 06.70.17.25.93

👉 Vente de légumes et plants potagers à la ferme les **Jeudis** vente de **16h30 à 18h15**.

2 AMAP sont présentes. Qu'est-ce qu'une AMAP ?

C'est l'association de maintien de l'agriculture paysane qui permet à des consommateurs de se regrouper pour passer un contrat avec un producteur pour bénéficier de ses produits toute l'année.

📍 **Bérat : Distribution des légumes les jeudis soirs de 18h30 à 19h15** sur la grand place de la salle des fêtes.

📍 **Rieumes : Distribution les mardis soirs de 18h30 à 19h15** sur le parking de la MJC de Mai à Octobre et au Lycée Saves de Novembre à Avril.

📢 A ne pas manquer ! **Visite de la ferme Dimanche 27 avril de 14h à 17h** est disponible avec le goûter offert.

[> EN SAVOIR PLUS ...](#)



## *J'irai me promener avec vous à Marignac-Laspeyres*

Chaque mois, l'office de tourisme intercommunal vous propose une idée rando :

Ce mois-ci nous vous proposons une randonnée "Sentier de Coulieu". Randonnée accessible aux pédestres, équestres et vttistes. Boucle facile.

- 5,5 Km
- 1h30
- Dénivelé +100m
- Boucle Facile



Retrouvez tous nos sentiers sur notre site internet :  
<https://tourismecoeurdegaronne.com/nos-chemins-de-randonnees/>

sur IGN Rando ou encore sur l'application Cirkwi.



[> CONSULTER NOS FICHES RANDO](#)



## Zoom Patrimoine : Boussens



Le petit village de **Boussens** est un village charmant qui vous permettra de vous reposer et de vous ressourcer. **Boussens** est installé dans un site boisé, au confluent de la **Garonne et du Salat**. Le petit lac de Boussens offre un **havre de paix** et de bien-être, une petite halte au camping municipal du lac ou de l'hôtel du lac donne vue sur le plan d'eau. possibilité de pêche et de promenade en bord de Garonne.

La commune organise un festival de country chaque année qui se déroule fin juillet, ainsi que la fête locale du 15 août.

[> EN SAVOIR PLUS ...](#)



## Circuit Patrimoine : Lherm



Les érudits locaux débattent au sujet du nom du village de Lherm; au vu de son appellation, le village était en effet soit une parie de la vaste forêt de Bouconne, soit le lieu de retraite d'un ermite.

La halle date du début du XXème siècle, elle est tout en métal dans le style de l'époque "glorifié par Eiffel". La toiture en zinc a été entièrement restaurée en 2022. La charpente et les voliges ont été remplacées. Le marché du village y a lieu tous les dimanches matin et le jeudi de 16h à 19h. sur certaines périodes (Marché d'artisans et producteurs locaux). La halle accueille également tout au long de l'année des animations diverses.

[> EN SAVOIR PLUS ...](#)

# Photos Coup de

[@frederique.pech](#)



[@davidgibsonphotography](#)



[@mytribu.ce](#)



**COEUR DE GARONNE**