JEU DE PISTE EN FAMILLE - SAC À DOS ÉNIGMATIQUE

Tous les jours **PUILAURENS**

A 11h et 14h, jeu se déroulant à l'extérieur du château (entrée en sus), où vous devrez déchiffrer des énigmes, tarifs : adulte / 5 €, de 6 à 15 ans/ 3 €, sur résa au 04 68 20 65 26.

JEU DE PISTE EN FAMILLE - LE PETIT ARCHÉOLOGUE

Tous les jours **PUILAURENS**

De 11h à 15h au château, jeu ludique à la découverte des lieux de ce site merveilleux, tarifs : jeu/ 3 €, entré adulte / 7 €, de 6 à 15 ans / 4 €, info au 04 68 20 65 26.

LE FABYRINTHE - AIRE DE JEUX EN FÔRET

Tous les mardis **VAL-DU-FABY**

De 16h à 19h, au jardin d'Aimer'Aude, ce mini éco-parc est une aire de jeu en forêt, espace ludique, avec des jeux forestiers, du Land'Art, un espace trappeur pour construire des cabanes, un théâtre de marionnettes, des parcours à pied ou vélo .... Entrée 2 €, ou 20 € /an pour la famille, info au 06 89 13 22 53.

CONSULTATION ITINÉRANTE DE SANTÉ INFANTILE

1er octobre 2025 **ROQUEFEUIL**

De 9h à 11h30, le bus de la PMI se déplace pour des consultations gratuites pour les enfants de - de 6 ans. Vous devez prendre RDV auprès de la MDS HVA au 04 68 69 79 64.

VISITE CHÂTEAU DE PUIVERT - AU TEMPS DES TROUBADOURS

1er octobre 2025 **PUIVERT**

A 15 h, départ du Château de Puivert, partez à sa découverte avec Rachel pour une visite mêlant histoire et chants de troubadours au son de la tanpura. Durée 1h30, tarif / 10 € et gratuit - de 12 ans, résa au 04 68 69 81 51.

ATELIER - PRENDRE SOIN DE SOI AVEC LA SOPHRO-MARCHE

A partir du 2 octobre 2025 **ARTIGUES**

De 10h à 12h, 10 ateliers axés sur la sophrologue animés par Elise Labye, sophrologue. Au programme des exercices de relaxation, de respiration, de la visualisation positive et des mouvements simples. Vous apprendrez aussi la marche Afghane, qui permet grâce à la coordination des pas et de la respiration, de marcher plus longtemps et sans fatigue. Proposé par l'Espace Séniors, gratuit + de 60 ans, inscription au 06 70 01 80 39.

ATELIER POUR PERSONNES ÂGÉES

2 octobre 2025 **ESPERAZA**

RDV à l'EHPAD Gaudissard de 15h à 17h, pour un moment de convivialité pour se rencontrer et échanger. Atelier gratuit, inscription au 07 56 30 40 89.

VISITE AU LABYRINTHE ENCHANTÉ DE NÉBIAS

2 octobre 2025 **NEBIAS**

A 15 h, départ du parking de Nébias côté route, découvrez avec Rachel les légendes des pierres et les secrets des arbres dans ce parcours conté et enchanté. Durée 3h, tarif : 6 € et 2 € enfant - de 15 ans, sur résa au 04 68 69 81 51.

CINÉ CLUB - FRAGMENTS

2 octobre 2025 **QUILLAN**

Au cinéma le Familia, à 20h30, film de Rowan Woods, 2007 / 1h29 / Documentaire / Italie, info au 07 68 31 47 11.

ATELIER - ÉCHARPE EN FEUTRE DENTELLE

3 octobre 2025 **VAL-DU-FABY**

De 10h à 18h, dans l'ancienne cave coopérative de FA. Solveig Pasquer est artisane d'art, feutrière depuis 15 ans, elle vous propose de vous initier à la technique du feutre dentelle, un feutrage aérien qui joue avec les vides et les transparences. Réalisez une écharpe légère et élégante, idéale pour la douceur de l'automne. ! Tarif 110 €, résa au 07 86 32 28 69.

ATELIER D'ÉCRITURE

3 octobre 2025 **ROQUEFEUIL**

A 18h, dans la médiathèque au 1er étage de la Maison de la Montagne. Un atelier d'écriture sur le thème de "l'IA". Une occasion de lâcher prise en laissant s'exprimer son imagination, de se découvrir un talent d'écriture personnel tout en se basant sur l'imagination collective. Gratuit, inscription obligatoire par mail : francoise.morisot@pyreneesaudoises.fr

NUIT D'IVRESSE

3 octobre 2025 **QUILLAN**

A 20h30, salle de l'Espace Cathare, comédie de Josiane Balasko, avec Josée Arrué, Damien Charles, Anthony La Lumia. Au fil de la soirée, les masques tombent et laissent place à une rencontre humaine touchante et hilarante. Tarif 20 €, billetterie à l'Alhumetur, Gamm Vert, Carrefour Market et ticket-spectacle.fr, info au 04 68 20 00 44.

ATELIER D'ÉCRITURE AUTOBIOGRAPHIQUE

4 octobre 2025 **GRANES**

De 10h à 12h, venez découvrir le plaisir d'écrire un souvenir marquant ou un moment clé de votre vie. Partager, échanger avec Chrystelle Talbi. Exemples de thèmes : le premier souvenir, un lieu, une rencontre, la lettre jamais envoyée, une recette de famille…. Atelier 12 €, résa au 06 23 35 77 74.

SOIRÉE BRAME DU CERF

4 octobre 2025 **RIVEL**

De 18h à 20h30, dès la tombée de la nuit, venez assister à l'un des plus beaux spectacles que nous livre la nature, le brame du Cerf. Organisé par la MJC de Puivert et Trace Nature, covoiturage possible depuis Puivert, RDV MJC à 17h30. Adhérent MJC / 5 €, non-adhérent / 6 €, tarif famille / gratuit à partir du 3ème participant, résa au 06 61 65 68 76.

SPECTACLE - ANNE LA BELGE

4 octobre 2025 **LAVAL**

A 20h, dans le foyer municipal du hameau de Laval, spectacle "les Délires" sur le quotidien drôle d'une quinquagénaire du plat pays qui livre ses déboires et questionnements de femme. Buvette et restauration sur place, entrée 12 €, résa souhaitée au 06 77 46 61 19.

CINÉ DÉBAT - LA TERRE DES VERTUS

4 octobre 2025 **QUILLAN**

Au cinéma le Familia proposé par le Ciné-club, film documentaire de Vincent Lapize . Après "Le dernier continent" en 2015 sur la ZAD Notre-Dame-des-Landes, ce nouveau film interroge les dynamiques de résistance et d'expérimentation citoyenne face aux grands projets d'aménagement urbain, info au 07 68 31 47 11.

STAGE D'INITIATION À LA GÉOBIOLOGIE

Du 4 au 5 octobre 2025 **SAINT-JEAN-DE-PARACOL**

Frederic Tedesco, géobiologue, accompagnement Psycho-émotionnel et Jordane Prudent, géobiologue, architecte vous proposent un module d'initiation à la géobiologie. Discipline qui étudie (logos) les interactions entre la Terre (« géo ») et la vie (« bio »), notamment les influences des énergies artificielles, telluriques et cosmiques sur les êtres vivants… Module de 2 jours à 200 €, inscription au 06 95 228 828.

VIDE GRENIER

5 octobre 2025 **QUILLAN**

De 6 h à 18 h, place Salengro, organisé par le Comité des Fêtes Salengro, info au 06 56 73 42 65.

TRAIL DU KERCORB

5 octobre 2025 **CHALABRE**

L'association Les Foulées du Kercorb organise la 7ème édition de Le Trail du Quercorb.

RDV à 7h30, place Charles Amouroux, salle de l'abattoir, inscriptions sur place possibles avec une majoration de 3€, info au 06 87 36 20 57.

A partir de 07h30 : accueil des participants

8h30 : Départ de la randonnée 10 Km

9h : Départ du Trail le Calvaire de 21 Km

10h : Départ Trail le Tougnol de 10 Km

12h00 : Remise des prix

JEU DE PISTE AU CHÂTEAU DE PUIVERT

5 octobre 2025 **PUIVERT**

A 15 h, départ du Château de Puivert, en famille, en couple ou seul : décryptez les énigmes et assemblez les éléments d'une grande histoire d'amour qui s'est déroulée dans ce château médiéval. Durée 1h30, tarif / 10 € et gratuit - de 12 ans, résa au 04 68 69 81 51.

JOURNÉE FRANCE SERVICES

6 octobre 2025 **QUILLAN**

De 13h30 à 15h30 au siège de la Communauté de communes des Pyrénées Audoises.

Réunion publique en webinaire "Préparation retraite" avec la CARSAT. Entrée libre, info au 06 77 71 83 83.

CONTES ET RENCONTRES

6 octobre 2025 **QUILLAN**

De 14h à 16h30, salle René Pont, proposés par "Les Petits Frères des Pauvres" avec la participation de l'école "Graine de Vie". Cet événement sera une rencontre intergénérationnelle riche de partages. L'après-midi se clôturera autour d'un goûter, où chacun pourra échanger ses impressions après l'écoute d'un conte... Entrée libre, info au 06 31 64 91 45.

JOURNÉE FRANCE SERVICES

8 octobre 2025 **QUILLAN**

De 9h à 12h, rencontre avec France services au marché. De 13h30 à 16h30 au bureau de France services, rencontre avec un conseiller de la CAF, info au 06 77 71 83 83.

CONSULTATION ITINÉRANTE DE SANTÉ INFANTILE

8 octobre 2025 **AXAT**

De 9h à 11h30, le bus de la PMI se déplace pour des consultations gratuites pour les enfants de - de 6 ans. Vous devez prendre RDV auprès de la MDS HVA au 04 68 69 79 64.

VIDE DRESSING FEMME

8 octobre 2025 **BELVIANES-ET-CAVIRAC**

RDV de 17h à 21h, au restaurant "le Belvédère", vous trouverez des vêtements que pour les femmes ! Organisé par TWILIGHT, restauration sur place, info au 09 81 92 68 00.

CERCLES DE PAROLE FEMMES ET HOMMES

8 octobre 2025 **ESPERAZA**

De 18h à 20h, au Dojo, une fois par mois, un espace pour parler, écouter, mieux se comprendre et se libérer de ses charges émotionnelles. Gratuit (adh), 5 € cotisation ponctuelle, résa au 06 64 93 55 49.

VIDE DRESSING FEMME

9 octobre 2025 **BELVIANES-ET-CAVIRAC**

RDV de 10h à 15h, au restaurant "le Belvédère", vous trouverez des vêtements que pour les femmes ! Organisé par TWILIGHT, restauration sur place, info au 09 81 92 68 00.

NUIT DU BRAME DU CERF

10 octobre 2025 **BELVIS**

De 18h à 10h, dès la tombée de la nuit, venez assister à l'un des plus beaux spectacles que nous livre la nature, le brame du Cerf pour une nuit immersive. On se rejoint à 17h30 le vendredi et retour à 10h le samedi pour cette nuit en duvet dans la forêt. Possibilité de ne venir uniquement sur la soirée de 18h à 21h et de bénéficier d'un demi-tarif. Organisée par la MJC de Puivert et Trace Nature, adhérent MJC / 10 €, non-adhérent / 11 €, tarif famille / gratuit à partir du 3ème participant. Possibilité de demi-tarif pour les participants de 18h à 21h, inscription au 06 61 65 68 76.

CONFÉRENCE - INSPIREZ LA VIE, EXPIREZ LA MÉLANCOLIE !

10 octobre 2025 **ESPERAZA**

Au Dojo, espace Lotus, de 18h30 à 19h30, conférence sur l'énergie de l'automne et le travail à effectuer sur vous en lien avec les poumons et le système respiratoire, animée par Ghislaine LOCICERO et Daniel Violon. Participation libre et consciente. (plus cotisation minimum 2 €), info au 06 61 95 56 10.

ATELIER - QI GONG POUR RENFORCER LES POUMONS

11 octobre 2025 **ESPERAZA**

De 9h à 17h30, au Dojo, animé par Ghislaine Locicéro et Daniel Violon . Enchaînements de 8 mouvements de Qi Gong, pour harmoniser les fonctions vitales des organes et viscères reliés aux 5 saisons , selon la tradition chinoise. Tarif : 60 € (adh) – 65 € (non adh), cycle 5 ateliers : 250 € (adh) – 275€ (non adh), résa au 06 61 95 56 10.

FÊTE DES CHAMPIGNONS ET DES SAVEURS D'AUTOMNE

11 octobre 2025 **PUILAURENS**

De 9h à 19h - marché avec produits du terroir et artisanat avec en plus des spécialistes de la société de mycologie pour vous aider à déterminer vos cueillettes de champignons.

12 h - repas à 28 €

terrine forestière et crudités, omelette aux champignons et pommes de terre rissolées, dessert + café, vin compris.

18h - apéritif à 5 €

1 verre de vin et 1 cornet de châtaignes grillées

20 h - repas à 28 €

repas musical avec assiette de charcuterie, cassoulet de Castelnaudary, dessert + café, vin compris. Toute la journée buvette assurée par la guinguette du château.

Résa repas au 06 30 36 21 56.

ATELIER D'ÉCRITURE AUTOBIOGRAPHIQUE

11 octobre 2025 **GRANES**

De 10h à 12h, venez découvrir le plaisir d'écrire un souvenir marquant ou un moment clé de votre vie. Partager, échanger avec Chrystelle Talbi. Exemples de thèmes : le premier souvenir, un lieu, une rencontre, la lettre jamais envoyée, une recette de famille, etc). Atelier 12 €, résa au 06 23 35 77 74.

ENS - LE KARST, MEMOIRE DE L'EAU

11 octobre 2025 **GINOLES**

De 14h à 17h, balade de 2 km proposée par le PNR et accompagnée de Ioana Gontier de "L'Ortie". Le calcaire et l'eau façonnent un paysage mystérieux. Entre lapiaz et dolines, venez découvrir les secrets et la flore de l'un des plus grands karsts des Pyrénées françaises. Dès 6 ans, gratuit, résa au 06 79 05 46 64.

ANNE LA BELGE - TOUT EN PLUMES

11 octobre 2025 **ROUVENAC**

A 20h, dans le foyer municipal de Rouvenac, il est question des plumes de son éventail… mais aussi du verbe "Se faire plumer" qu'elle a malheureusement vécu. Entrée 15 €, résa souhaitée au 06 77 46 61 19.

FILM - RÉSISTER

11 octobre 2025 **RODOME**

A 20h30, dans la salle des fêtes, l'association ACCES vous propose un film de Thierry Noguéro, fiction historique sur deux époques, 1944 et 2024. Participation au chapeau, info au 04 68 20 75 63.

ATELIER - BIODANZA

12 octobre 2025 **ESPERAZA**

Au Dojo, de 13h à 18h, chaque mois Richard propose une thématique différente pour vous emmener à travers la danse dans son univers de Biodanza. Goûter partagé vers 16h. La séance est souvent précédée par un conte proposé par le Marcheur de plume de 13h à 13h30. Prix libre (+25 € de cotisation annuelle), info au 06 37 62 37 74.

8ÈME FESTIVAL DES JOURNÉES DE LA HARPE - MARIE CONAN

12 octobre 2025 **ESPERAZA**

A 15h30 en l'église Saint Michel, concert de harpe de Marie Conan. Participation sur place 12 € et résa sur internet 10 € : www.helloasso.com/associations/nashuar-terre-vivante.

ATELIER - YOGA ET VOIX SUIVI DE KIRTANS

13 octobre 2025 **ESPERAZA**

De 18h30 à 19h45 et de 20h à 21h30, au Dojo, atelier animé par Fanny Dussault, professeure de Yoga, info au 06 82 46 63 07.

ATELIER SÉNIORS - YOGA SUR CHAISE

A partir du 14 octobre 2025 **ROQUEFEUIL**

RDV à 10h, à la Maison de la montagne, 12 séances gratuites pour découvrir cette activité auprès d'Elisabeth Bigot de l'association Cap-Heol. Avec l'appui de l'Espace Séniors du Département de l'Aude et la commune, inscription gratuite au 06 23 82 75 01.

ENGLISH BOOK SALE

15 octobre 2025 **QUILLAN**

De 11h à 15h, à Quil'langue, vous pourrez acheter des livres, des DVD, des CD, des jeux de société ...., info au 07 87 31 25 18.

ATELIER PÊCHE NATURE A QUILLAN

15 octobre 2025 **QUILLAN**

L'AAPPMA de Quillan, la fédération de pêche de l'Aude, vous propose un atelier pêche au lac Saint Bertrand à Quillan, de 14h30 à 17h.

Un moment agréable au bord de l'eau ! Inscription : 10€, Matériel fourni, De 7 à 17 ans, carte de pêche obligatoire, inscription au 06 13 27 20 40, quillan.aappma@gmail.com, fiche d'inscription à télécharger sur fedepeche11.fr

JOURNÉE FRANCE SERVICES

16 octobre 2025 **AXAT**

De 9h à 12h, rencontre avec France services au marché, info au 06 77 71 83 83.

LOTO GOÛTER

16 octobre 2025 **QUILLAN**

RDV à 14h, salle salle de la Cigale, organisé pour les adhérents du club de la bonne humeur, info au 06 72 74 39 09.

ATELIER - TABLEAU EN LAINE FEUTRÉE

17 octobre 2025 **VAL-DU-FABY**

De 10h à 18h, dans l'ancienne cave coopérative de FA. Solveig Pasquer est artisane d'art, feutrière depuis 15 ans, vous propose d'apprenez la technique du nuno : pose de la laine peignée et intégration de tissus fins (soie, dentelle...) pour créer un tableau texturé et unique, sans couture. Tarif 95 €, résa au 07 86 32 28 69.

CINESPAÑA - TASIO

17 octobre 2025 **QUILLAN**

A 17h au cinéma le Familia, film de Montxo Armendàriz, 1h28, drame, reprise de 2025, Espagne. Tous les films sont en V.O. et sous titrés en français, séance 7 €, adhérents Ciné Club HVA 5 €, info au 04 68 20 05 60.

CONFERENCE SUR L'ANIMISME ET LA SPIRITUALITE

17 octobre 2025 **ESPERAZA**

De 18h30 à 20h30, au Dojo, animée par Jean-Michel GASSEND, ethno-archéologue passionné, diplômé de la Sorbonne, qui a travaillé pour l'Unesco, la Ville de Paris, l'Education Nationale et également conseillé artistiquement des galeries et des musées vous propose une série de conférences sur l'animisme et la spiritualité du monde des ancêtres à travers le temps. Tarifs : 8 € / 10 €, info au 06 83 59 21 80.

CINESPAÑA - INAUGURATION

17 octobre 2025 **QUILLAN**

A 19h au cinéma le Familia, inauguration du festival du cinéma Espagnol et Portugais de Toulouse en région, info au 04 68 20 05 60.

SPECTACLE - L'INACCUSÉE

17 octobre 2025 **PUIVERT**

A 20h, sous les halles, proposé par la MJC, sur le thème de la justice, l'Inaccusée est composé de plusieurs tableaux et se construit grâce à une écriture à la frontière d'une dramaturgie circassienne et théâtrale. Avec Marie Mercadal à la mise en scène et dramaturgie par François Fehner. Dès 12 ans, durée 50 mn, participation libre pour SOS Méditerranée, info au 06 61 65 68 76.

CINESPAÑA - SIRAT

17 octobre 2025 **QUILLAN**

A 21h au cinéma le Familia, film de Olivier Laxe, 1h55, drame, 2025, Espagne et France. Tous les films sont en V.O. et sous titrés en français, séance 7 €, adhérents Ciné Club HVA 5 €, info au 04 68 20 05 60.

SÉJOUR DÉTOX

Du 17 au 19 octobre 2025 **ESPERAZA**

Animé par Dorothée Rouyer, venez découvrir et réaliser un menu vitalisant et régénérant sans lactose ni gluten avec des astuces mieux être. Des recettes simples, délicieuses et rapides à faire pour se sentir bien ; suivies d'un repas partagé. Tarifs : 170 € (adh) ou 180 € (non adh), inscription au 06 52 01 19 85.

JOURNÉE FRANCE SERVICES

18 octobre 2025 **ESPEZEL**

De 9h à 17h, rencontre avec France services à la foire d'Espezel, info au 06 77 71 83 83.

OPEN DE BLOC

18 octobre 2025 **BELCAIRE**

RDV de 9h30 à 18h, dans la salle d'escalade "Daniel Du Lac" pour cette compétition. Vente de boissons, crêpes et snacking sur place. Inscription de 10 à 15 ans / 5 €, pour les 16 ans et + / 10€ sur place ou pré-réservation au 07 67 75 64 84.

ATELIER D'ÉCRITURE AUTOBIOGRAPHIQUE

18 octobre 2025 **GRANES**

De 10h à 12h, venez découvrir le plaisir d'écrire un souvenir marquant ou un moment clé de votre vie. Partager, échanger avec Chrystelle Talbi. Exemples de thèmes : le premier souvenir, un lieu, une rencontre, la lettre jamais envoyée, une recette de famille... Atelier 12 €, résa au 06 23 35 77 74.

FOIRE DÉPARTEMENTALE DE L'ÉLEVAGE

Du 18 au 19 octobre 2025 **ESPEZEL**

Depuis plus de 40 ans, tout ce que l'agriculture Audoise produit de meilleur est rassemblé lors de ce traditionnel grand rendez-vous. Les nombreux stands du village des producteurs et de son marché fermier et artisans proposent une incroyable variété de produits du terroir. Durant les 2 jours, dès 10h, restauration sur place, concours agricoles et animations pour petits et grands se succèdent : démonstrations de chiens de bergers, de tonte, de tri de laine, exposition et démonstration du matériel agricole, info au 04 68 20 67 95.

ATELIERS POUR LES ENFANTS AU MUSÉE DES DINOSAURES

Du 18 octobre au 2 novembre 2025 **ESPERAZA**

Le musée propose des ateliers tous les jours durant les vacances pour les 3-12 ans, pensez à téléphoner au 04 68 74 26 88 pour connaître les disponibilités.

VISITE GRATUITE DU MUSÉE DE LA CHAPELLERIE

Du 18 octobre au 2 novembre 2025 **ESPERAZA**

Ouvert gratuitement tous les jours de 10h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, plusieurs départs de visites guidées dès 14h, info au 04 68 74 00 75.

NATUROPATHIE - GELÉE D'ÉGLANTINE VITAMINE C

18 octobre 2025 **QUILLAN**

De 15h à 19h, au 6 rue Arago, atelier de naturopathie animé par Ursula Prämassing. L'atelier vous permettra de préparer de la gelée d'églantine, riche en vitamine C. Participation libre, troc ou monnaie locale, résa au 07 75 70 16 09 par SMS.

CONFÉRENCE - CONSTANTIN BRANCUSI, CRÉATEUR DE LA SCULPTURE MODERNE

18 octobre 2025 **CHALABRE**

A 17h, salle du Théâtre, conférence présentée par Roxana DASCALU, journaliste d'origine roumaine. Organisée par l'UPEK, entré gratuite pour les adhérents et participation libre pour les non adhérents (adhésion 10 €/an) : upek11@laposte.net

CINESPAÑA - LA MARSEILLAISE DES IVROGNES

18 octobre 2025 **QUILLAN**

A 17h au cinéma le Familia, film de Pablo Gil Rituerto, 1h36, documentaire, 2025, Espagne, France et Italie. Tous les films sont en V.O. et sous titrés en français, séance 7 €, adhérents Ciné Club HVA 5 €, info au 04 68 20 05 60.

ECSTATIC DANCE YOUR PRAYER

18 octobre 2025 **ESPERAZA**

Au Dojo, de 18h15 à 21h30, « La danse est ta médecine et ta prière », écoutez le corps et l'âme, laissez parler le langage de la musique, du mouvement, de la transformation… Tarif 20 € + 5 € de cotisation, inscription au 07 81 61 23 30.

SPECTACLE - OLIVIER DE ROBERT

18 octobre 2025 **GINOLES**

A 20h30, dans la salle polyvalente, proposé par la Ginolaise. Olivier de Robert nous propose un voyage au 13 ème siècle sur la vie des cathares. Le spectateur devient tour à tour paysan, moine, soldat ou proscrit. Tarif 15 €, adhérent 12 €, info au 07 81 03 84 22.

CINESPAÑA - L'AFFAIRE NEVENKA

18 octobre 2025 **QUILLAN**

A 21h au cinéma le Familia, film d'Iciar Bollain, 1h57, biopic drame, 2024, Espagne et Italie. Tous les films sont en V.O. et sous titrés en français, séance 7 €, adhérents Ciné Club HVA 5 €, info au 04 68 20 05 60.

CONSTELLATION D'ABONDANCE

19 octobre 2025 **ESPERAZA**

De 9h à 18h, au Dojo, avec Jean Pierre Desfour. L'objectif de cette constellation est de libérer le plein potentiel de l'être et pour cela retrouver de la joie pour amener de l'abondance dans votre vie. Tarif 80 €/90 € pour les non adhérents, info au 06 70 57 04 84.

BOURSE AUX JOUETS

19 octobre 2025 **ESPERAZA**

De 9h à 15h, au centre culturel, proposé par les écoles, jouets, vêtements, articles de puériculture et livres à chiner ! Petite restauration et buvette sur place. Emplacement 4 € le mètre, résa au 06 87 14 44 72.

HALLOWEEN AU CHÂTEAU DE CHALABRE

Du 19 octobre au 1 novembre 2025 **CHALABRE**

De 12h à 18h30, venez au château pour fêter Halloween, participez à toutes nos animations dans des décors insolites et mystérieux ! Grande chasse au trésor dans le château, stand de maquillage d'Halloween, trappe du courage, salle des armes et pleins d'ateliers vous attendent pour tous les âges. Et savourez une potion magique d'Halloween à la buvette, info au 04 68 69 37 85.

LOTO

19 octobre 2025 **CAMPAGNE-SUR-AUDE**

RDV au foyer à 15h, organisé par le comité des fêtes, avec des cartons pleins et de belles quines. Buvette sur place, info au 06 77 90 65 38.

CINESPAÑA - CIUDAD SIN SUEÑO

19 octobre 2025 **QUILLAN**

A 17h au cinéma le Familia, film de Guillermo Galoe, 1h37, drame, 2025, Espagne et France. Tous les films sont en V.O. et sous titrés en français, séance 7 €, adhérents Ciné Club HVA 5 €, info au 04 68 20 05 60.

CINESPAÑA - SORDA

19 octobre 2025 **QUILLAN**

A 21h au cinéma le Familia, film d'Eva Libertad, 1h39, drame, en avant première, Espagne. Tous les films sont en V.O. et sous titrés en français, séance 7 €, adhérents Ciné Club HVA 5 €, info au 04 68 20 05 60.

LES HALLES AÉRIENNES

Du 20 au 24 octobre 2025 **PUIVERT**

De 15h à 17h, sous les halles, proposées par la MJC, avec Marie Mercadal, trapéziste dans le cie Cirk'oblique. Venez monter sur un trapèze en dansant. Ouvert à tous, gratuit, sur inscription au 06 61 65 68 76.

CERCLE DE DÉLIVRANCE

20 octobre 2025 **ESPERAZA**

De 18h à 20h, au Dojo, une fois par mois, il y aura un Cercle de délivrance animé par dorothée Rouyer dont le but est de délivrer un maximum d'énergies bloquantes en pratiquant des méditations liberantes, des exercices d'auto guérison et de délivrance en groupe. Participation 10 € + adhésion au Dojo, résa au 06 52 01 19 85.

DON DU SANG

21 octobre 2025 **QUILLAN**

De 15h à 19h, salle René Pont, pour rappel, en région Occitanie, 1000 dons sont nécessaires chaque jour pour répondre aux besoins des patients, info au 04 68 20 00 44.

CONSULTATION ITINÉRANTE DE SANTÉ INFANTILE

22 octobre 2025 **CHALABRE**

De 9h à 11h30, le bus de la PMI se déplace pour des consultations gratuites pour les enfants de - de 6 ans. Vous devez prendre RDV auprès de la MDS HVA au 04 68 69 79 64.

VISITE GUIDÉE DU CHÂTEAU DE PUILAURENS

22 octobre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 10h30, à l'accueil pour découvrir cette belle forteresse royale avec Lénaïc qui vous en dévoilera tous les secrets !!!. Adultes 10 €, enfants (6 à 15 ans) 6 €, durée 2h, résa au 04 68 20 65 26 ou en ligne sur www.chateau-puilaurens.com/animations-1/.

LES MYSTÈRES DU TRÉSOR DE LA BOULZANE

22 octobre 2025 **PUILAURENS**

De 11h à 15h, le jeu de piste spécial Halloween commence à la réception du château où les consignes et les outils sont donnés. Les joueurs montent alors au château. Ils y découvrent petit à petit les énigmes . Tarif adulte : 7 €, enfant : 7 €, résa conseillée au 04 68 20 65 26 ou chateau-puilaurens.com.

ESCAPE GAME AU CHÂTEAU

22 octobre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 17h, une heure, pas une minute de plus pour tout résoudre et sortir du château. Il faudra être malin et curieux. Jeu pour adulte uniquement au tarif de 10 € (min 2, max 8 pers), sur résa obligatoire, info au 04 68 20 65 26 ou chateau-puilaurens.com.

RÉUNION D'INFORMATION SUR LES AIDES À LA RÉNOVATION

22 octobre 2025 **AXAT**

A 18h, à la salle polyvalente, réunion d'information sur les aides financières pour la rénovation de votre logement. Travaux de rénovation énergétique et d'adaptation du logement. Gratuit et ouvert à tous, info au 04 68 20 50 28.

VISITE GUIDÉE DU CHÂTEAU DE PUILAURENS

23 octobre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 10h30, à l'accueil pour découvrir cette belle forteresse royale avec Lénaïc qui vous en dévoilera tous les secrets !!!. Adultes 10 €, enfants (6 à 15 ans) 6 €, durée 2h, résa au 04 68 20 65 26 ou en ligne sur www.chateau-puilaurens.com/animations-1/.

LES MYSTÈRES DU TRÉSOR DE LA BOULZANE

23 octobre 2025 **PUILAURENS**

De 11h à 15h, le jeu de piste spécial Halloween commence à la réception du château où les consignes et les outils sont donnés. Les joueurs montent alors au château. Ils y découvrent petit à petit les énigmes. Tarif adulte : 7 €, enfant : 7 €, résa conseillée au 04 68 20 65 26 ou chateau-puilaurens.com.

ESCAPE GAME AU CHÂTEAU

23 octobre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 17h, une heure, pas une minute de plus pour tout résoudre et sortir du château. Il faudra être malin et curieux. Jeu pour adulte uniquement au tarif de 10 € (min 2, max 8 pers), sur résa obligatoire, info au 04 68 20 65 26 ou chateau-puilaurens.com.

RÉUNION D'INFORMATION SUR LES AIDES À LA RÉNOVATION

23 octobre 2025 **QUILLAN**

A 18h, salle René Pont, réunion d'information sur les aides financières pour la rénovation de votre logement. Travaux de rénovation énergétique et d'adaptation du logement. Gratuit et ouvert à tous, info au 04 68 20 50 28.

NATUROPATHIE - ALTERNATIVE AUX ANTIBIOTIQUES

24 octobre 2025 **QUILLAN**

De 15h à 19h au 6 rue Arago, atelier de naturopathie animé par Ursula Prämassing. L'atelier vous permettra d'utiliser les huiles essentielles comme alternative aux antibiotiques. Participation libre, troc ou monnaie locale, résa au 07 75 70 16 09 par SMS.

CONCERT - DÉSIRS CHRONIQUES QUARTET

24 octobre 2025 **CHALABRE**

A 20h, au Tiers lieu Eckco, proposé par l'association "Le brâme de la chouette". Tarif 12 € / 7 €, résa au 06 89 89 77 44.

ENS - BALADE GOURMANDE ET CUISINE DE FRUITS SAUVAGES

25 octobre 2025 **CHALABRE**

De 9h à 12h30, en montant jusqu'à la chapelle du Calvaire, venez découvrir les arbres et petits fruits, apprenez la fermentation et participez à une dégustation de gourmandises sauvages. Avec L'Ortie, dès 8 ans, gratuit, résa obligatoire au 07 77 77 95 02.

ATELIER D'ÉCRITURE AUTOBIOGRAPHIQUE

25 octobre 2025 **GRANES**

De 10h à 12h, venez découvrir le plaisir d'écrire un souvenir marquant ou un moment clé de votre vie. Partager, échanger avec Chrystelle Talbi. Exemples de thèmes : le premier souvenir, un lieu, une rencontre, la lettre jamais envoyée, une recette de famille... Atelier 12 €, résa au 06 23 35 77 74.

SALON DU LIVRE

25 octobre 2025 **ROQUEFEUIL**

De 10h à 18h, dans la salle des fêtes, Le Chat Pitre de Roquefeuil propose son 3ème salon du livre, en collaboration avec la Municipalité. Une vingtaine d'auteurs en dédicace, tous genres littéraires représentés ainsi que des expositions - ventes d'artistes locaux. Entrée libre, boissons et restauration possibles dans le village, info : lechat.pitre11340@gmail.com

LOTO

25 octobre 2025 **BELCAIRE**

A 20h30, salle des fêtes, organisé par ACCES. Buvette et gâteaux, info au 04 68 20 75 63.

LOTO DE LA BOULE NÉBIASSSAISE

25 octobre 2025 **NEBIAS**

A 21h , salle des fêtes, la boule Nébiassaise vous attend nombreux, info au 06 29 90 11 19.

FÊTE DE LA CHÂTAIGNE

26 octobre 2025 **VAL-DU-FABY**

Au jardin collectif de Fa, proposée par l'Association Aimer'Aude membre du réseau des imaginaires en transition dans le cadre du Meet25 de Défismed. Atelier de transformation de la châtaigne (10h-12h, payant) puis Fête de la Châtaigne (14h-19h, gratuit) avec grillades, confitures, jeux pour enfants, concerts et convivialité, info au 06 89 13 22 53.

JEU DE PISTE AU CHÂTEAU DE PUIVERT

26 octobre 2025 **PUIVERT**

A 15 h, départ du Château de Puivert, en famille, en couple ou seul : décryptez les énigmes et assemblez les éléments d'une grande histoire d'amour qui s'est déroulée dans ce château médiéval. Durée 1h30, tarif / 10 € et gratuit - de 12 ans, résa au 04 68 69 81 51.

ESCAPE GAME AU CHÂTEAU

28 octobre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 18h30, une heure, pas une minute de plus pour tout résoudre et sortir du château. Il faudra être malin et curieux. Jeu pour adulte uniquement au tarif de 10 € (min 2, max 8 pers), sur résa obligatoire, info au 04 68 20 65 26 ou chateau-puilaurens.com.

INITIATION DISC GOLF

29 octobre 2025 **PUIVERT**

De 9h45 à 12h et de 14h à 16h au lac, proposée par la MJC. Initiation au disc : apprendre à lancer et maîtriser les bases. Découverte du parcours de disc golf avec de vrais paniers, comme au golf mais avec un frisbee ! Activité ouverte à tous gratuitement, venez en famille ou entre amis découvrir ce sport fun et accessible, info et inscription : mjcpuivert@gmail.com.

VISITE GUIDÉE DU CHÂTEAU DE PUILAURENS

29 octobre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 10h30, à l'accueil pour découvrir cette belle forteresse royale avec Lénaïc qui vous en dévoilera tous les secrets !!!. Adultes 10 €, enfants (6 à 15 ans) 6 €, durée 2h, résa au 04 68 20 65 26 ou en ligne sur www.chateau-puilaurens.com/animations-1/.

LES MYSTÈRES DU TRÉSOR DE LA BOULZANE

29 octobre 2025 **PUILAURENS**

De 11h à 15h, le jeu de piste spécial Halloween commence à la réception du château où les consignes et les outils sont donnés. Les joueurs montent alors au château. Ils y découvrent petit à petit les énigmes. Tarif adulte : 7 €, enfant : 7 €, résa conseillée au 04 68 20 65 26 ou chateau-puilaurens.com.

VISITE CHÂTEAU DE PUIVERT - AU TEMPS DES TROUBADOURS

29 octobre 2025 **PUIVERT**

A 15 h, départ du Château de Puivert, partez à sa découverte avec Rachel pour une visite mêlant histoire et chants de troubadours au son de la tanpura. Durée 1h30, tarif / 10 € et gratuit - de 12 ans, résa au 04 68 69 81 51.

ESCAPE GAME AU CHÂTEAU

29 octobre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 17h, une heure, pas une minute de plus pour tout résoudre et sortir du château. Il faudra être malin et curieux. Jeu pour adulte uniquement au tarif de 10 € (min 2, max 8 pers), sur résa obligatoire, info au 04 68 20 65 26 ou chateau-puilaurens.com.

VISITE GUIDÉE DU CHÂTEAU DE PUILAURENS

30 octobre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 10h30, à l'accueil pour découvrir cette belle forteresse royale avec Lénaïc qui vous en dévoilera tous les secrets !!!. Adultes 10 €, enfants (6 à 15 ans) 6 €, durée 2h, résa au 04 68 20 65 26 ou en ligne sur www.chateau-puilaurens.com/animations-1/.

ATELIERS D'EXPRESSION PAR L'ÉCRITURE POUR SENIORS

30 octobre 2025 **ESPERAZA**

De 9h30 à 11h30 à la médiathèque avec Solveig tous les mois. Un atelier convivial pour explorer l'écriture à partir de textes, d'images autour de propositions variées et ludiques. Éveiller souvenirs et imagination, partager le plaisir des mots en toute liberté. Aucun prérequis, juste l'envie d'essayer, gratuit avec Cap Prévention Seniors, inscription au 07 86 32 28 69.

LES MYSTÈRES DU TRÉSOR DE LA BOULZANE

30 octobre 2025 **PUILAURENS**

De 11h à 15h, le jeu de piste spécial Halloween commence à la réception du château où les consignes et les outils sont donnés. Les joueurs montent alors au château. Ils y découvrent petit à petit les énigmes. Tarif adulte : 7 €, enfant : 7 €, résa conseillée au 04 68 20 65 26 ou chateau-puilaurens.com.

VISITE AU LABYRINTHE ENCHANTÉ DE NÉBIAS

30 octobre 2025 **NEBIAS**

A 15 h, départ du parking de Nébias côté route, découvrez avec Rachel les légendes des pierres et les secrets des arbres dans ce parcours conté et enchanté. Durée 3h, tarif : 6 € et 2 € enfant - de 15 ans, sur résa au 04 68 69 81 51.

CINÉ CLUB - A NORMAL FAMILY

30 octobre 2025 **QUILLAN**

Au cinéma le Familia, à 20h30, film de Jin-Ho Hur, 2025 / 1h49 / Drame VOSTF / Corée du Nord, info au 07 68 31 47 11.

LE TRAIN DE LA PEUR

31 octobre 2025 **SAINT PAUL DE FENOUILLET**

A 14h15, au départ de la gare de St Paul de Fenouillet, venez déguisés (et masqués) pour fêter Halloween à bord du Train Rouge ! Frissons garantis jusqu'à Axat. Rencontres insolites et maléfiques dans les tunnels obscurs ... Goûter et boissons chaudes offerts. Dès 6 ans, résa obligatoire au 04 68 200 400 ou 04 68 59 99 02.

ATELIER D'ÉCRITURE AUTOBIOGRAPHIQUE

1er novembre 2025 **GRANES**

De 10h à 12h, venez découvrir le plaisir d'écrire un souvenir marquant ou un moment clé de votre vie. Partager, échanger avec Chrystelle Talbi. Exemples de thèmes : le premier souvenir, un lieu, une recette de famille, etc). Atelier 12 €, résa au 06 23 35 77 74.

LES FANTÔMES D'AZALAÏS - CLUEDO ADULTE

1er novembre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 14h30, le jeu commence à la réception du château où les consignes et les outils sont donnés. Les joueurs montent alors au château. Ils y découvrent petit à petit l'énigme qu'ils doivent résoudre en lisant une histoire. Tarif adulte : 10 €, sur résa obligatoire, info au 04 68 20 65 26 ou chateau-puilaurens.com.

VISITE GUIDÉE DU CHÂTEAU DE PUILAURENS

1er novembre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 10h30, à l'accueil pour découvrir cette belle forteresse royale avec Lénaïc qui vous en dévoilera tous les secrets !!!. Adultes 10 €, enfants (6 à 15 ans) 6 €, durée 2h, résa au 04 68 20 65 26 ou en ligne sur www.chateau-puilaurens.com/animations-1/.

ESCAPE GAME AU CHÂTEAU

1er novembre 2025 **PUILAURENS**

RDV à 17h, une heure, pas une minute de plus pour tout résoudre et sortir du château. Il faudra être malin et curieux. Jeu pour adulte uniquement au tarif de 10 € (min 2, max 8 pers), sur résa obligatoire, info au 04 68 20 65 26 ou chateau-puilaurens.com.

BAL COUNTRY

2 novembre 2025 **QUILLAN**

De 14h à 18h30, salle de la Cigale, organisé par l'association Country Vallée. Entrée 5 €, pâtisseries offertes, info au 06 21 65 86 79.

LOTO

2 novembre 2025 **CAMPAGNE-SUR-AUDE**

RDV au foyer à 15h, organisé par le comité des fêtes, avec des cartons pleins et de belles quines. Buvette sur place, info au 06 77 90 65 38.

Expositions à l'Office de Tourisme

Du 6 au 4 octobre : Nouvelle 4 ailes, créatrice couture
Du 13 au 31 octobre : Emmanuel Bertrand et ses dessins

Office de Tourisme des Pyrénées Audoises
Pyrénées Audoises Tourisme
Retrouvez notre agenda en ligne sur www.pyreneesaudoises.com/agenda