

**Accueil Travel Globe  
Lundi 3 au samedi 8 octobre  
Découvrir Les Grands Sites au départ de Toulouse en mode slow**



Travel Globe - <https://www.travelglobe.it>  
Silvana Benedetti , journaliste - 0039 348 312 43 86 - [silvana.benedetti@gmail.com](mailto:silvana.benedetti@gmail.com)  
Vittorio Giannella , photographe - 0039 335 67 05 876

Contacts :

**> Comité Régional du Tourisme Occitanie :**

**Emmanuelle Viala** [emmanuelle.viala@crtoccitanie.fr](mailto:emmanuelle.viala@crtoccitanie.fr)  
Portable : +33 (0)6 21 43 01 09 – Tél (bureau) : +33 (0)5 61 13 55 21

**> Office de Tourisme d'Albi**

**Fabienne Lazo** – [fabienne.lazo@albitourisme.com](mailto:fabienne.lazo@albitourisme.com)  
Portable : +33 (0)6 26 95 42 32 – Tél (bureau) : +33 (0)5 63 49 48 87

**> Office de Tourisme de la Vallée du Tarn et des Monts d'Albigeois**

**Cécile Chalivoy** – [direction.tourisme@valleedutarn.fr](mailto:direction.tourisme@valleedutarn.fr)  
Portable : +33 (0)5 31 81 01 55 – 06 42 60 05 13

**> Agence de Développement Tourisme Ariège Pyrénées**

**Mado GONCALVES** — Tél. 06 81 24 94 81 – [mado.goncalves@ariegepyrenees.com](mailto:mado.goncalves@ariegepyrenees.com)

**>Office de Tourisme de Toulouse**

**Marine ESCH** — Portable +33 6 28 10 84 91 – [m.esch@toulouseatout.com](mailto:m.esch@toulouseatout.com)

**>Office de Tourisme de Carcassonne**

**Sarah Seguy** — Portable +33 6 10 84 85 57 – [seguy@carcassonne-tourisme.com](mailto:seguy@carcassonne-tourisme.com)

➔ *Si vous avez du retard, nous vous remercions de bien vouloir prévenir le contact indiqué dans le programme ci-dessous.*

**Lundi 3 octobre**

**18h25 : arrivée à Toulouse -**

#VisitezToulouse - @VisitToulouse - @VoyageOccitanie - #VoyageOccitanie

Check in at la Villa du Taur \*\*\*\*  
62 rue du Taur - 31000 Toulouse /  
www.villadutaur.com

Idéalement située, la Villa du Taur vous accueille au cœur du quartier historique au pied de la Basilique Saint-Sernin, inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco. A quelques pas de la place du Capitole et de tous les quartiers animés, vous serez au cœur de la vie de la cité, dans un environnement décoré par les œuvres d'art d'artistes connus ou émergents.

## Mardi 4 octobre

Toulouse : #VisitezToulouse - @VisitToulouse - @VoyageOccitanie - #VoyageOccitanie

Petit-déjeuner à l'hôtel

**10h** Rendez-vous au donjon, Office de tourisme de Toulouse avec votre guide **Marine Gil** pour une visite guidée en italien (+33 6 76 26 53 34)

Dans cette visite de 2h, vous découvrirez les principaux monuments de la Ville Rose et visiterez les étals du Marché Victor Hugo. Le plus grand marché couvert de France abrite 80 commerçants qui mettent en avant des produits du terroir d'Occitanie.

**12h15** : Déjeuner au restaurant Le Bon Vivre

15 bis Pl. du Président Thomas Wilson, 31000 Toulouse

Le Bon Vivre est une institution gastronomique gasconne créée il y a un quart de siècle par Alain et Huguette Méliet.

**14h** : Récupération de la voiture de location au comptoir Europcar de la Gare Matabiau et départ pour l'Ariège  
64 Bd Pierre Sénard-Toulouse

Ariège : #ariegezvous - #tourismeariege - @tourismeariege - @VoyageOccitanie - #VoyageOccitanie

**15h45** : Arrivée à Foix

Parking préconisé le champ de mars – parking payant.

Montée au château de Foix.

**16 h. Accueil au château de Foix. Rendez-vous au château.  
Château de Foix.**

Découvrez un musée départemental ludique et interactif vous permettant d'être **les témoins de la vie des comtes de Foix** et de leurs épouses, revivez leurs conquêtes, leurs défaites, leurs passions... leur quotidien ! Grimpez ensuite au château pour un changement d'ambiance... **place à l'immersion** !

Entrez dans le château où chaque salle vous attend avec du mobilier reconstitué d'époque : salle des gardes, salle de banquet, chambre du comte... Découvrez à quoi pouvait ressembler le château de Foix ! Les extérieurs

ne sont pas en reste, déambulez sur les ateliers où les médiateurs vous attendent pour vous faire découvrir **les armes médiévales, la taille de la pierre, la forge ou encore les machines de guerre et de construction !**

Contact. Gildas MICHEL – Responsable communication Sites Touristiques de l’Ariège – Tél. 06 83 35 31 00 - <https://www.sites-touristiques-ariège.fr/chateau-de-foix/> - [communication@sites-touristiques-ariège.fr](mailto:communication@sites-touristiques-ariège.fr)

Après la visite du château déambulation dans la ville de Foix : ... maisons à colombages, pontils et autres caractéristiques architecturales

Les rues à ne pas rater : Rues des grands ducs – Place Duthil – Auberge Miranda rue lafaurie – Abbatale Saint Volusien – Maison décorée de cariatides face à la préfecture du département – boutique Coutellerie Savignac rue des marchands.

Installation à la maison d’hotes LE CLOS CATHALA – 09000 FOIX

**MAISON D HOTES – RESTAURANT LE CLOS CATHALA À SAINT PAUL DE JARRAT**

Lieu dit, Cathala, 09000 Saint-Paul-de-Jarrat

Tél. [06 10 16 48 42](tel:0610164842)- <https://www.closcathala.com/> - [accueil@closcathala.fr](mailto:accueil@closcathala.fr)

## Mercredi 5 octobre

---

Départ pour MONTSEGUR



**Ariège : #ariegezvous - #tourismeariege - @tourismeariege - @VoyageOccitanie - #VoyageOccitanie**

**9H30** – Rendez-vous sur le parking du château de Montségur (09300) avec Tristan Bergeraud de l’Office de tourisme des Pyrénées Cathares.

Découverte du site - Soit montée au château ou découverte du village avec Tristan, guide conférencier.

Bastion du catharisme, il se dresse sur un impressionnant « pog » calcaire. Sa situation stratégique le rendait quasiment inaccessible. Il devint dès le début du XIIIème siècle, le siège de "l’église Cathare". Protégés par une garnison armée, plus de 500 "parfaits" vivaient dans l’enceinte et tout autour du château. L’armée du roi de France assiégea pendant plus d’un an Montségur avant de conduire la plupart des "Parfaits" au bûcher. Tél. : 05 61 03 03 03 <http://www.montsegur.fr/>

Départ pour Mirepoix. Tristan vous accompagnera jusqu’à Mirepoix.

Arrêt a la **fontaine intermittente de fontestorbes à Belesta**

La plus spectaculaire au monde, connue depuis l'Antiquité. Pendant la majeure partie de l'année, la fontaine coule constamment. Par contre, en période de basses eaux, de juillet à octobre, elle devient intermittente par un phénomène de variations du débit rythmées et régulières. Le cycle complet prend environ 60 à 90 minutes. Moins d'une trentaine de phénomènes d'intermittence sont recensés dans le monde. <https://www.ariegepyrenees.com/patrimoine-naturel/fontaine-intermittente-de-fontestorbes/>

## Mirepoix. Présentation rapide de la bastide



### MIREPOIX, LA MÉDIÉVALE

Nommée place des couverts, la place de cette bastide est l'une des plus belles de France. Ses maisons à colombages s'avancent sur d'incroyables piliers de bois sculptés de têtes humaines et de monstres grimaçants. Une véritable chronique caricaturale du Moyen-Âge. Plus tardive, la cathédrale possède, dit-on, la nef la plus large d'Europe. Mirepoix a gardé de son passé une prédilection pour les animations de mai à fin octobre : expositions en tout genre, salon de la brocante, festival de marionnette, rencontres d'artisans d'art, rencontres de potiers, etc. Il y a toujours une rencontre à faire à Mirepoix.

Office de tourisme des Pyrénées Cathares – Mirepoix - Tél. : 05 61 68 87 53 • [www.tourisme-mirepoix.com](http://www.tourisme-mirepoix.com)

**12h** : Déjeuner libre

**13h15** : Départ pour Carcassonne, Patrimoine Mondial de l'Humanité



**Carcassonne** : #SeeCarcassonne - @tourismecarcassonne - @VoyageOccitanie - #VoyageOccitanie

**14h30** arrivée à Carcassonne

Check-in à l'**Hôtel du Roi & Spa by Sowell \*\*\*\*\***

2 Rue des Calquières, 11000 Carcassonne

Tél: 0033 (0) 4 30 34 01 47

<https://www.hotelduroi.com/>

**15h00** Rdv avec Sarah SEGUY, chargée de promotion à l'Office de Tourisme de Carcassonne.

Départ pour la Cité Médiévale à pied pour une visite guidée des remparts, de la basilique, du château vicomtal. Vous profiterez de merveilleuses vues depuis les remparts et d'un voyage dans le temps avec plus de 2500 ans d'histoire.

Temps libre

Retour à pied à votre hôtel



**19h15** RDV avec Sarah à la réception de votre hôtel. Départ en voiture pour la Cité Médiévale pour un dîner au Comte Roger. Vous découvrirez la cuisine de M. Pierre Mesa, l'un des meilleurs chefs de la région. Une cuisine faite à base de produits locaux.

**Comte Roger**

14 Rue Saint-Louis

Cité Médiévale

<https://www.comteroger.com/>

**22h00** retour à l'Hôtel en voiture

Nuit sur Carcassonne

**Jeudi 6 octobre**



**8:00** : départ pour Albi

**Albi : #albitourisme - @officedetourismealbi- @VoyageOccitanie - #VoyageOccitanie**

**10h00** : Accueil à l'Office de Tourisme, 42 rue Mariès et visite guidée de la Cité épiscopale inscrite au Patrimoine Mondial de l'UNESCO avec un guide conférencier parlant italien : Fabienne FEO  
Passage par la Halle du Castielviel

### Déjeuner libre

Continuation de la visite avec les collections du Musée Toulouse-Lautrec, la plus grande collection publique au monde et du musée Lapérouse, autre albigeois célèbre

**14h30** Accueil par Maud Ruffel chargée des Publics musée Toulouse-Lautrec

En fin d'après-midi, accueil et installation à l'**hôtel Ibis Style Théâtre**.

Diner sur le Toit du Théâtre pour une vue panoramique par delà des toits du centre historique  
Nuitée

### Ibis Style le Theatro

48 place Jean Jaurès, 81000 Albi

<https://www.albi-tourisme.fr/fr/hotels/ibis-styles-albi-centre-le-theatro.html>

## Vendredi 7 octobre

---

### Départ pour Ambialet Prévoir 30mn en voiture

Visite guidée d'Ambialet d'1h avec Corinne Fourgassié, guide conférencière, en mode « gentille rando » par l'Ambialade : étape par l'église st Gilles, accès au Prieuré, vue panoramique sur l'isthme le plus étroit d'Europe, chapelle Notre-Dame de l'Auder

<https://www.valleedutarn-tourisme.com/fr/les-incontournables/presquile-dambialet/decouvrir-presquile-ambialet>

Petite balade à vélo électrique de 20min : *départ du Prieuré, traversée du barrage hydroélectrique, arrivée vue sur la presqu'île de profil, traversée du pont entre Ambialet et St Cirgue et arrivée au restaurant*

### Déjeuner au restaurant Le Relays de la Vallée,

75 route de la vallée, 81430 AMBIALET

[https://www.valleedutarn-tourisme.com/fr/diffusio/restauration/restaurant-relais-de-la-vallee-ambialet\\_TFO5701733](https://www.valleedutarn-tourisme.com/fr/diffusio/restauration/restaurant-relais-de-la-vallee-ambialet_TFO5701733)

**14h30** : Départ pour Toulouse

**16h** : Visite de la Halle de la Machine

Halle de La Machine

3, avenue de l'Aérodrome de Montaudran

31400 Toulouse - [www.halledelamachine.fr](http://www.halledelamachine.fr)

**19h30** : restitution voiture de location à l'agence Europcar de l'aéroport Toulouse Blagnac

Check-in at NH Hotel - situé au niveau de l'aéroport

15 Rue Charles Lindbergh, 31700 Toulouse Blagnac

Téléphone : 05 61 06 22 97

[https://www.nh-hotels.fr/hotel/nh-toulouse-airport?utm\\_campaign=local-gmb&utm\\_medium=organic\\_search&utm\\_source=google\\_gmb&utm\\_term=langtest](https://www.nh-hotels.fr/hotel/nh-toulouse-airport?utm_campaign=local-gmb&utm_medium=organic_search&utm_source=google_gmb&utm_term=langtest)

**Dîner au NH (en cours de confirmation)**

**Samedi 8 octobre**

---

7h55 : Vol retour Milan

**Partagez votre séjour en Occitanie avec #TourismeOccitanie  
et suivez nous sur:**

[www.facebook.com/TourismeOccitanie](http://www.facebook.com/TourismeOccitanie) @TourismeOccitanie  
<https://twitter.com/CrtOccitanie> @CrtOccitanie  
[www.instagram.com/tourisme\\_en\\_occitanie](http://www.instagram.com/tourisme_en_occitanie)@Tourisme\_en\_Occitanie

**Ce voyage de presse a été organisé avec l'aide et le soutien de :**  
Comité Régional du Tourisme et des Loisirs Occitanie – Sud de France  
Office de Tourisme d'Albi  
Office de Tourisme de Toulouse  
Agence de Développement Touristique Ariège Pyrénées  
Office Municipal du Tourisme de Carcassonne

**Merci d'indiquer leur site internet dans votre reportage :**

[www.tourismeoccitanie.fr](http://www.tourismeoccitanie.fr)  
[www.tourisme-tarn.com](http://www.tourisme-tarn.com)  
[www.tourisme-toulouse.com](http://www.tourisme-toulouse.com)  
[www.ariegepyrenees.com](http://www.ariegepyrenees.com)  
[www.albi-tourisme.fr](http://www.albi-tourisme.fr)  
[www.tourisme-carcassonne.fr](http://www.tourisme-carcassonne.fr)