



ENFANTS

ILS VONT ADORER!

CROISIÈRE PIRATE, MUSÉE TOUT CHOCO, NUIT EN FORÊT... NOS BONS PLANS POUR S'ÉCLATER EN FAMILLE ! PAR **ÉLODIE PAGES**

UNE AVENTURE SOUTERRAINE À PADIRAC

Cette année, le gouffre de Padirac propose une visite nocturne et insolite à travers l'histoire de ses galeries souterraines. Sur les traces d'Edouard-Alfred Martel, premier homme à être descendu dans le gouffre, les explorateurs en herbe parcourront les lieux comme s'ils les découvraient ! Dans des barques, éclairés à la lanterne, ils partiront en expédition à travers les souterrains illuminés à la bougie, et suivront le fil de l'histoire grâce à un guide batelier. Magique ! 60 € par adulte, 45 € pour les 4-12 ans.

Les 21 et 28 juillet, et le 25 août. Gouffre de Padirac (46).
Tél. : 05 65 33 64 56. gouffre-de-padirac.com

UNE CROISIÈRE PIRATE À SAINT-CIRQ-LAPOPIE

Durant 50 minutes, déguisés en corsaires et moussaillons, les enfants arpentent la rivière Lot et prennent part aux batailles éclusières, munis d'une carte individuelle qui les mènera peut-être à la malle au trésor... Une épopée en récits et chansons pour découvrir la région autrement ! Départ tous les matins depuis la halte nautique de Saint-Cirq-Lapopie. 12,50 € par adulte, 8,50 € par enfant, gratuit jusqu'à 2 ans.

Les croisières de Saint-Cirq-Lapopie. Port fluvial, Bouzies (46).
Tél. : 05 65 31 72 25. croisieres-saint-cirq-lapopie.com

UNE CITÉ DES INSECTES À SAINT-LÉONS

Micropolis, c'est un lieu unique en Europe, avec un parcours ludique qui dévoile de drôles de bestioles, issues des quatre coins de la planète. On y admire également de fascinantes plantes carnivores et des phasmes, on profite du ciné 3D et on peut même se prendre pour une fourmi ! Nouveauté de l'été : le Festival des papillons, serre éphémère aux mille couleurs. 14,90 € par adulte, 10 € pour les moins de 12 ans, gratuit pour les moins de 5 ans.

Micropolis. Le Bourg, Saint-Léons (12). Tél. : 05 65 58 50 50.
micropolis-aveyron.com

UN FESTIVAL DE MUSIQUE À MONTAUBAN

Vianney, Bigflo et Oli, Julien Doré... Montauban en Scènes promet de belles têtes d'affiche ! Et le festival fait la part belle aux enfants lors du Rendez-vous des Minots : dans le cadre verdoyant du Jardin des plantes, les familles pourront assister le 11 juillet au spectacle de théâtre, conte et chanson « Terre à terre et autres fantaisies potagères », de la Cie La Main Verte. Des installations sonores interactives et animations sont aussi prévues. Et c'est gratuit ! Jusqu'au 13 juillet. Montauban en Scènes (82). montauban-en-scenes.fr



Le labyrinthe de Merville.

UN MUSÉE 100 % CHOCOLAT À LISLE-SUR-TARN

Repris en 2017, le musée Art du chocolat de Lisle-sur-Tarn présente 60 étonnantes sculptures cacaotées, dont l'une d'elles, représentant la cathédrale d'Albi, pèse plus de 100 kg ! On profite aussi d'une dégustation (5 €) et on peut prolonger la pause gourmande en s'inscrivant à des ateliers d'initiation parents-enfants à partir de 8 ans (25 €) : découverte du travail de chocolatier, personnalisation de tablette, moulages... Miam !
Musée Art du chocolat. 13, place Paul-Saissac, Lisle-sur-Tarn (81).
Tél. : 05 63 33 69 79. chocolat-tarn.fr

UN RESTO KIDS-FRIENDLY À RABASTENS

Le Banc sonore, c'est un café coopératif et un lieu culturel où les enfants sont rois. L'équipe organise des ateliers argile, du bricol' recyclage, des spectacles de contes... parfait pour les occuper pendant qu'on fait le marché ! C'est aussi un resto qui mitonne une bonne cuisine de produits bio et locaux (menu enfants à 8 €). Un coin de la salle est même équipé de livres, magazines et jouets.
Le Banc sonore. 22, promenade des Lices, Rabastens (81).
Tél. : 05 63 40 79 40. lebancsonore.com

UNE ENQUÊTE MYTHOLOGIQUE À MERVILLE

Le Labyrinthe de Merville a été conçu au XVIII^e siècle dans le prolongement de la construction du château, et du parc, classés monuments historiques. Labellisé « Jardin Remarquable », le parc a été transformé en 2005 en lieu pédagogique, culturel et ludique, avec des jeux scénarisés et interactifs. Journal de bord en main, les enfants partent à la découverte de la mythologie grecque, sur les traces du demi-dieu Héraclès. On peut aussi télécharger une appli pour enrichir ses connaissances sur l'histoire du domaine. 9,50 € pour les adultes, 7,50 € pour les enfants de 4-12 ans.
Labyrinthe de Merville. 2, place du Château, Merville (31).
Tél. : 05 61 85 32 34. labyrinthedemerville.com



La Cité de l'espace, à Toulouse.

UNE BALADE À CHEVAL À LUPIAC

Manon, de la Ferme équestre de Lupiac, dans le Gers, propose des balades à cheval ou à poney en pleine nature aux moins de 6 ans (18 € pour 1 h 30). On longe les lacs, on traverse les champs et on emprunte la route équestre de d'Aragnan, reliant Lupiac, lieu de naissance du mousquetaire, à Maastricht aux Pays-Bas. Pour trotter sur les chemins de l'Histoire !

Ferme équestre de Lupiac. D102, Lupiac (32). fermeequestredelupiac.com

UN CAFÉ PARENTS-ENFANTS À TOULOUSE

Ouvert il y a quelques mois par Magali, Les filles naissent dans les roses est un resto dédié aux parents (menu à partir de 11,50 €), à leurs enfants (menu à partir de 7 €) et bébés (compotes et purées à la carte). Ici, on est plongé dans un univers vintage et girly avec tout ce que recherchent de jeunes parents : garage à poussettes, table à langer, chaises hautes, coin dînette et nombreux jeux... Les enfants peuvent même participer à des ateliers pâtisserie.
Les filles naissent dans les roses. 6, rue des Prêtres, Toulouse (31).
Tél. : 05 62 88 07 21.

UN TRIP ASTRONOMIQUE À TOULOUSE

À la Cité de l'espace, on se la joue apprentis « Astronautes » ! L'expo éponyme permet, à travers animations concrètes, ateliers sensoriels et défis à relever en équipe, de comprendre la drôle de vie des hommes en mission dans la Station spatiale internationale. Le clou de la journée : on essaye de manger, se laver les dents ou travailler, alors que tout flotte... Une expo ludique et scientifique ! 21 € par adulte, 15,50 € par enfant (plus de 4 ans).
Cité de l'espace. Avenue Jean-Gonord, Toulouse (31). Tél. : 05 67 22 23 24. cite-espace.com

UNE MINE D'IDÉES

C'est LE nouveau site Web des sorties « familles-enfants » à Toulouse. Sur Mother in town, Naïma et Jessica, les deux fondatrices, partagent leurs lieux favoris, des activités à faire chaque mois ou pendant les vacances, leurs coups de cœur adaptés à tous les âges... Ici, tous les plans ont été testés et approuvés, et les idées sont vraiment originales !
motherintown.com



UNE SÉANCE DE CINÉ À LA COOL À TOULOUSE

Cet été, le cinéma éphémère La Forêt électrique, s'installe dans les friches industrielles rénovées de la Cartoucherie. On aime la programmation jeune public avec, chaque mercredi matin et dimanche après-midi, des ateliers autour du cinéma et des ciné-goûters. Le dimanche matin, les plus jeunes pourront s'installer devant un film d'animation, des courts-métrages ou une fiction. L'occasion de découvrir le meilleur du cinéma adapté à leur âge, pendant que les parents sirotent un café en terrasse. 6 € la séance. La Forêt électrique. Rue des Munitionnettes, Toulouse (31). laforetelectrique.com

UNE PLAGE FANTASTIQUE À THOUX

Ce lac de 70 hectares offre une plage de sable fin (surveillée) et une eau claire qui appelle à la baignade. On peut se rendre au club de voile et louer optimistes, catamarans, planches à voile, canoës et pédalos. À côté du lac, on trouve aussi une piscine équipée de toboggans et, sur la base de loisirs, des jeux, des trampolines, un terrain multisport... de quoi se défouler ! 7 € par adulte et enfant (plus d'1,45 m), 5,50 € pour les plus petits. Base de loisirs. Lieu-dit La Téoulère, Thoux (32). Tél. : 05 62 65 71 29. basedeloisirs-gers.fr

UN FESTIVAL DE MARIONNETTES À MIREPOIX

Pour la trentième édition de MIMA, le festival des arts de la Marionnette de Mirepoix, la cité médiévale et les villages alentour accueillent des spectacles surprenants. On découvre cet art à travers le cirque, la danse, les arts plastiques ou le théâtre d'objets comme « Merci d'être venus », de la Cie Volpinex... (à partir de 3 ans) ! Des initiations aux formes animées seront également proposées aux 7-13 ans. Ludique et poétique ! Jusqu'à 16 €. Du 2 au 5 août. MIMA. Mirepoix (09). Tél. : 05 61 68 20 72. mima.artsdelamarionnette.com



MIMA, à Mirepoix.

DES MAISONS EN UN CLIC

Le site My Nomad Family propose une sélection de maisons de vacances kids-friendly, pensées pour accueillir des enfants sans négliger le confort des parents. Les lieux sont catégorisés selon les âges et équipements des logements : bébés, enfants, ados. Besoin d'une nounou ? D'un moniteur ? D'un chef ? My Nomad Family, c'est aussi un service de conciergerie sur place ! mynomadfamily.wordpress.com

UN JEU DE PISTE MÉDIÉVAL À SAINT-BERTRAND-DE-COMMINGES

Et si l'on découvrait le patrimoine d'une manière ludique ? À Saint-Bertrand-de-Comminges, direction le point d'information des Olivétains, qui propose un jeu de piste pour appréhender autrement les monuments de la cité médiévale. Feuillet d'une dizaine de questions en main, on se laisse guider pendant une balade de 2 heures à travers la ville haute, la cathédrale, la basilique et la ville basse, pour en apprendre un maximum et s'amuser pendant la visite. Les parents sont ensuite invités à partager leurs photos sur les réseaux sociaux avec #TourismeHG.

Les Olivétains. D26G, Saint-Bertrand-de-Comminges (31). Tél. : 05 61 95 44 44.

UNE NUIT EN FORÊT À CIERP-GAUD

Parents de petits aventuriers, direction le parc de loisirs Pyrénées Hô où, après une journée sportive d'accrobranches, il est désormais possible de passer la nuit au camp, au cœur de la forêt et confortablement logés dans un tipi. Au menu de cette soirée glamping insolite : ramassage de bois, soirée Castors Juniors autour du feu de camp avec les autres campeurs...

À la nuit tombée, on se réfugie dans le tipi pouvant accueillir jusqu'à 5 personnes et on s'endort avec les bruits des animaux de la forêt en fond sonore.

L'aventure, quoi ! À partir de 6 € l'entrée au parc, 49 € le tipi. ■

Avenue de Rouziel, Cierp-Gaud (31). Tél. : 05 61 94 08 36. pyrenees-ho.com

Le lac de Thoux.



PROCHAIN NUMÉRO LE 13 JUILLET
LES TABLES QUI BUZZENT

REDACTRICE EN CHEF DES ÉDITIONS RÉGIONALES : ANNE-CÉCILE SARFATI. RÉALISATION : RELAX-NEWS. REDACTRICE EN CHEF : CHRISTINE RÉGNIER. SECRÉTAIRE GÉNÉRALE DE LA REDACTION : CÉCILE ROUSSELET. MAQUETTISTE : MAGALI HIRN ET CLARA LUNEAU. PREMIÈRE SECRÉTAIRE DE REDACTION : SONIA GARRIGUES. SECRÉTAIRE DE REDACTION : JULIETTE MÈREAU. RESPONSABLE DU SERVICE PHOTO : SANDRINE SALVIN. AVEC STEPHANIE DUCHÈNE, CATHY BONNEAU, GÉRALDINE LAFONT, CAROLINA LUCIBELLO, JESSICA MATHIEU. ONT COLLABORÉ À CE NUMÉRO : STEPHANIE DE BALORRE, ÉLODIE PAGES. DIRECTRICE ADJOINTE DES ÉDITIONS RÉGIONALES : ANNE-MARIE LABINY. SERVICE PUB : LAGARDÈRE PUB METROPOLIS. TÉL. : 05 62 30 33 33.