



VALLÉE DU TARN
& MONTS DE L'ALBIGOIS

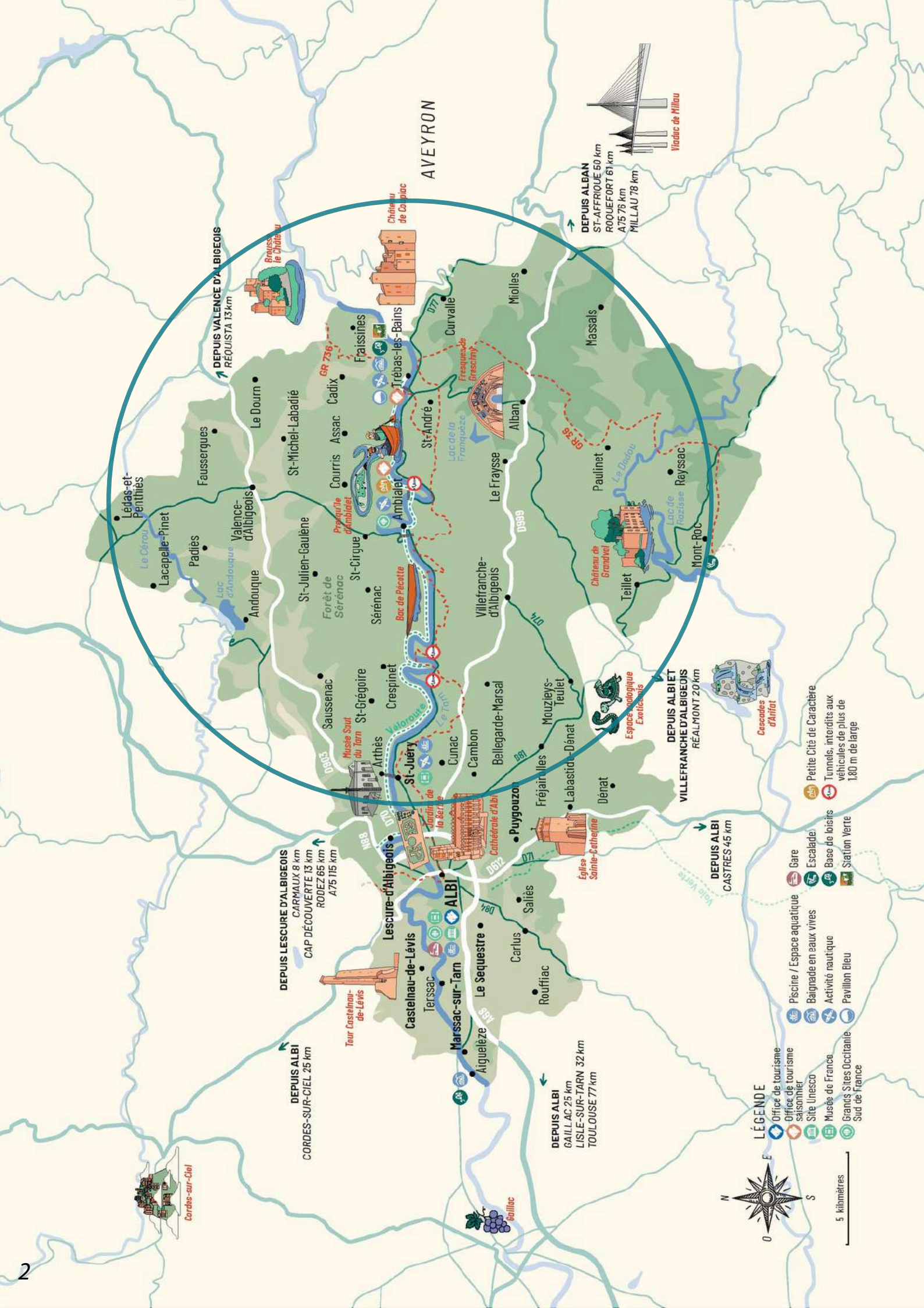
TOURISME | OCCITANIE

DOSSIER DE PRESSE 2026

Aquí Sem Ben*

* Ici nous sommes bien

VALLEEDUTARN-TOURISME.COM



DESTINATION VALLEE DU TARN

Entre roches, forêts et rivières...

La nature sous toutes ses formes !



La **Destination Albi - Vallée du Tarn (Grand Site Occitanie)** est une destination **nature, reposante**, avec des paysages qui varient entre vallées et plateaux jusqu'à 800m d'altitude. La Vallée du Tarn, **prolongement des Gorges du Tarn**, se situe sur l'axe de la rivière **entre Millau et Albi** et plus précisément au **nord-est du département du Tarn**, sur les premiers contreforts du Massif Central aux portes de l'Aveyron.

Ici, vous êtes au cœur de la région Occitanie, à seulement **1h30 de Toulouse, 1h de Rodez, 1h30 de Millau et 2h de Montpellier ou des Gorges du Tarn**. En bref, une destination idéale pour **se ressourcer au vert au cœur du Sud-Ouest** et découvrir de grands sites patrimoniaux à proximité.

Ce dossier de presse a pour but de vous donner des idées non exhaustives pour découvrir le territoire, en route !

Sommaire

Pages 4 à 12 : Les immanquables

Pages 13 à 14 : Les nouveautés (Quoi de neuf ?)

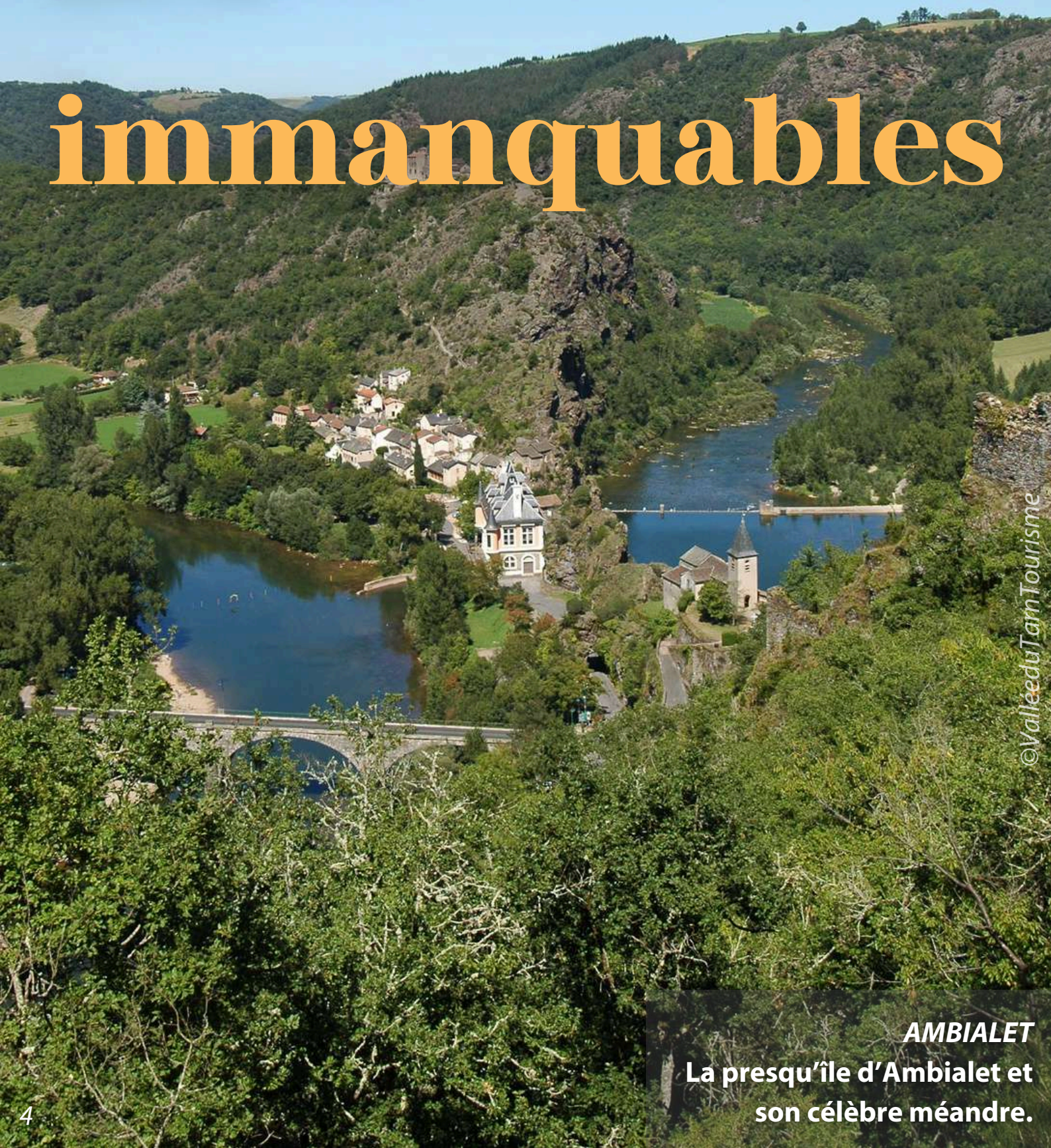
Page 15 : Le long de la vallée de l'amitié, du Tarn à l'Aveyron

Pages 16 à 22 : Quelques lieux insoupçonnés

Pages 23 à 27 : De quoi être sadoul ! (Produits locaux)

Pages 28 à 31 : Quelques hébergements touristiques

Les immanquables



© Vallée du Tam Tourisme

AMBIALET

La presqu'île d'Ambialet et
son célèbre méandre.

AMBIALET



Découvrez le **Grand Site Occitanie : Albi - Vallée du Tarn**, un lieu unique alliant nature préservée et patrimoine exceptionnel.

À seulement **30 km d'Albi, Ambialet, Petite Cité de Caractère**, vous séduira par son cadre spectaculaire. Albi, classée au patrimoine mondial de l'**UNESCO**, complète parfaitement cette escapade inoubliable.

Vous êtes au cœur de la mystérieuse **presqu'île d'Ambialet**, enlacée par un **méandre du Tarn** long de 3 km et dominée par un ancien prieuré juché sur son arête schisteuse.

Embarquez pour un voyage dans le temps loin de tout stress. Une journée off pour vous imprégner de la nature, ralentir le rythme... ici on décomprime et on se ressource !



Centrale hydroélectrique d'Ambialet

Construite entre 1917 et 1922 par l'usine du Saut du Tarn. Aujourd'hui, elle est gérée par EDF.

Elle se visite gratuitement durant la saison estivale. (Sur réservation auprès du Musée du Saut du Tarn).

<https://musee-saut-du-tarn.com/>



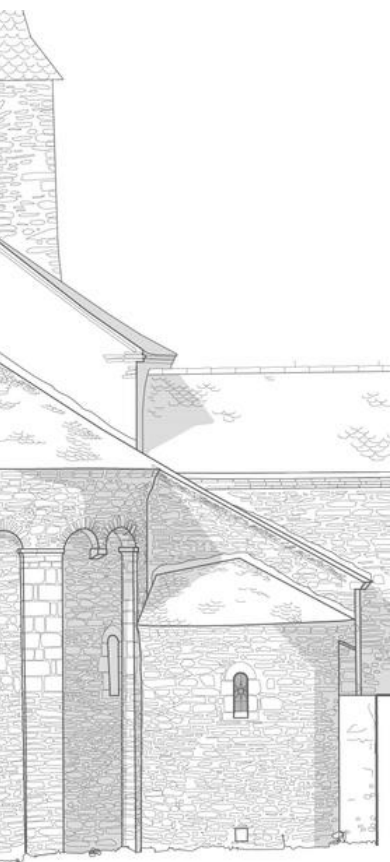
Eglise Notre Dame de l'Auder à Ambialet

Construite au X^e siècle, dédiée à la Vierge Marie, doit son nom à un arbre, l'Auder, situé aux abords du prieuré. Une pousse d'Arbousier ramenée de Terre sainte au XII^e siècle par un chevalier croisé.

Ouverte tous les jours

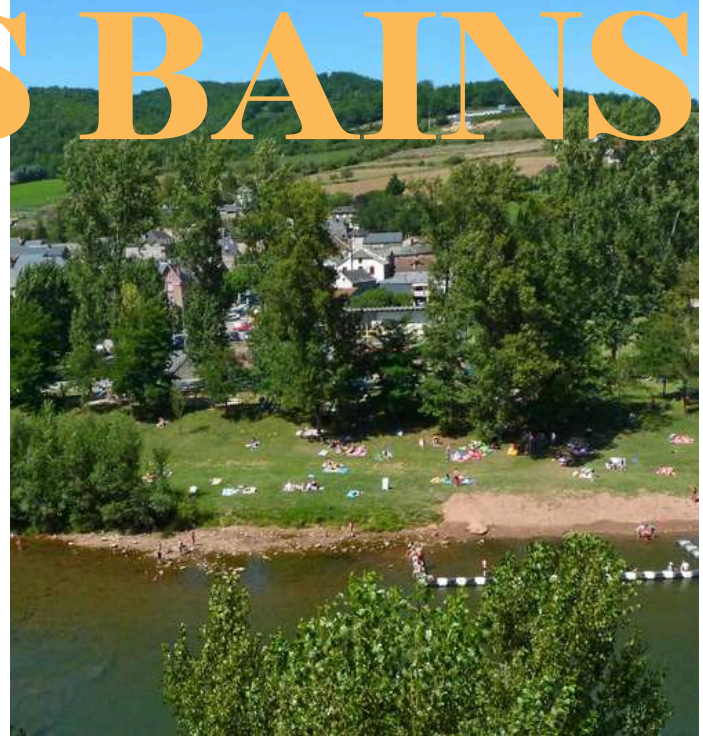
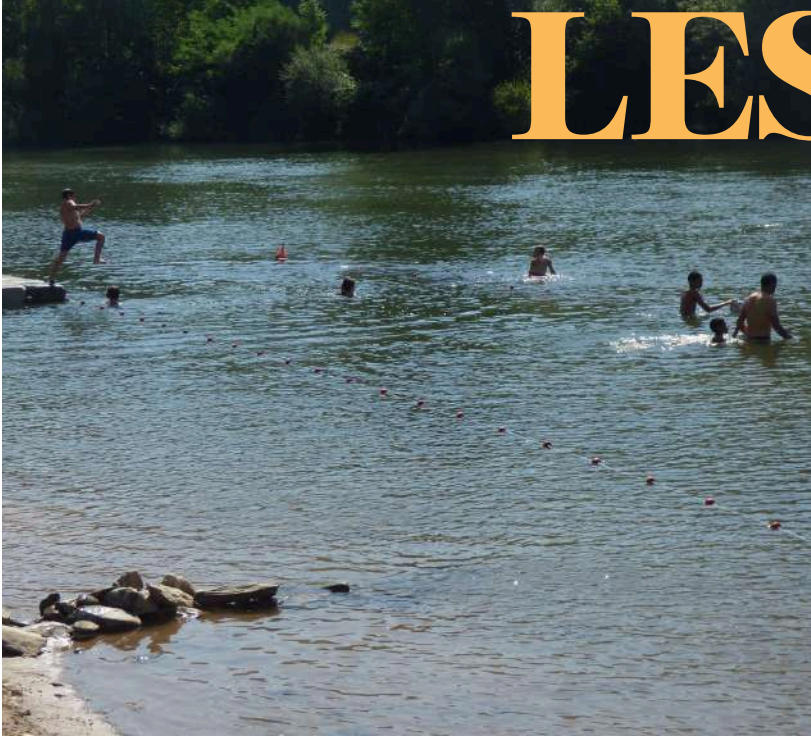
Eglise Saint-Gilles à Ambialet

Elle doit son nom aux comtes de Toulouse, originaires de Saint-Gilles-du-Gard, qui étaient les suzerains des vicomtes d'Ambialet. D'origine romane, elle fut agrandie à l'époque gothique. Magnifiquement restaurée, aujourd'hui désacralisée, **elle accueille des expositions diverses de Juin à Septembre.**



TREBAS

LES BAINS



Base de loisirs de Trébas-les-bains

Base de loisirs multi activités : base de canoë-kayak et paddle, jeux gonflables, départs de chemins de randonnée, vélos électriques, terrains de tennis, stade de foot, pétanque, pêche, guinguette...

Sans oublier la plage avec sa baignade en eaux vives classée label "pavillon bleu" depuis 2010, qui garantit une bonne qualité de l'eau.

Également labellisée "station Verte" depuis 2006, pour son cadre naturel riche avec une flore et d'une faune préservée et son engagement pour un tourisme durable.

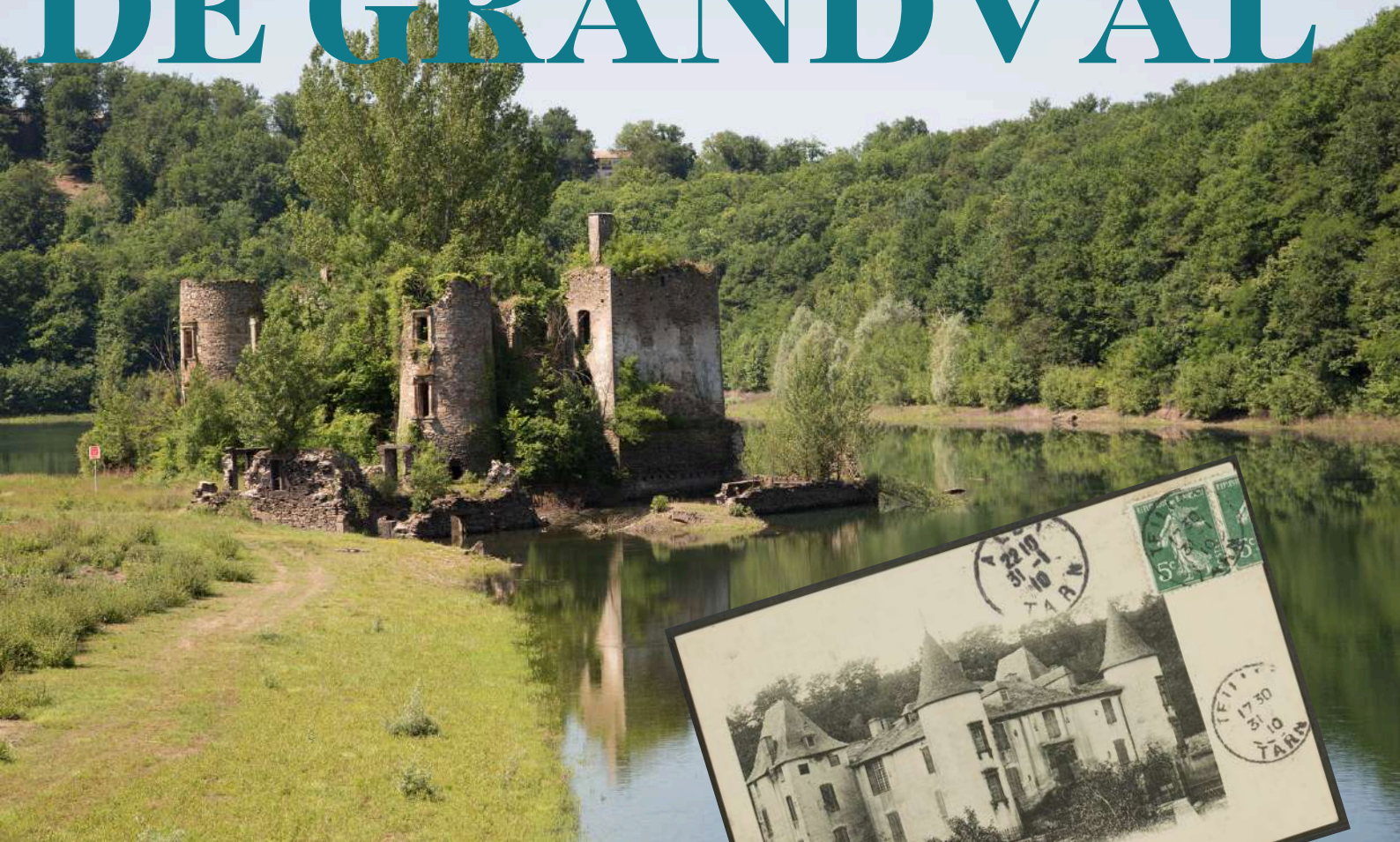
La base de loisirs est équipée d'une aire de jeux, d'une aire de pique-nique, de barbecues.



Ne manquez pas les visites guidées sur les traces des loutres et des castors chaque été à Trébas



LE CHÂTEAU DE GRANDVAL



Le château de Grandval, commune de Teillet

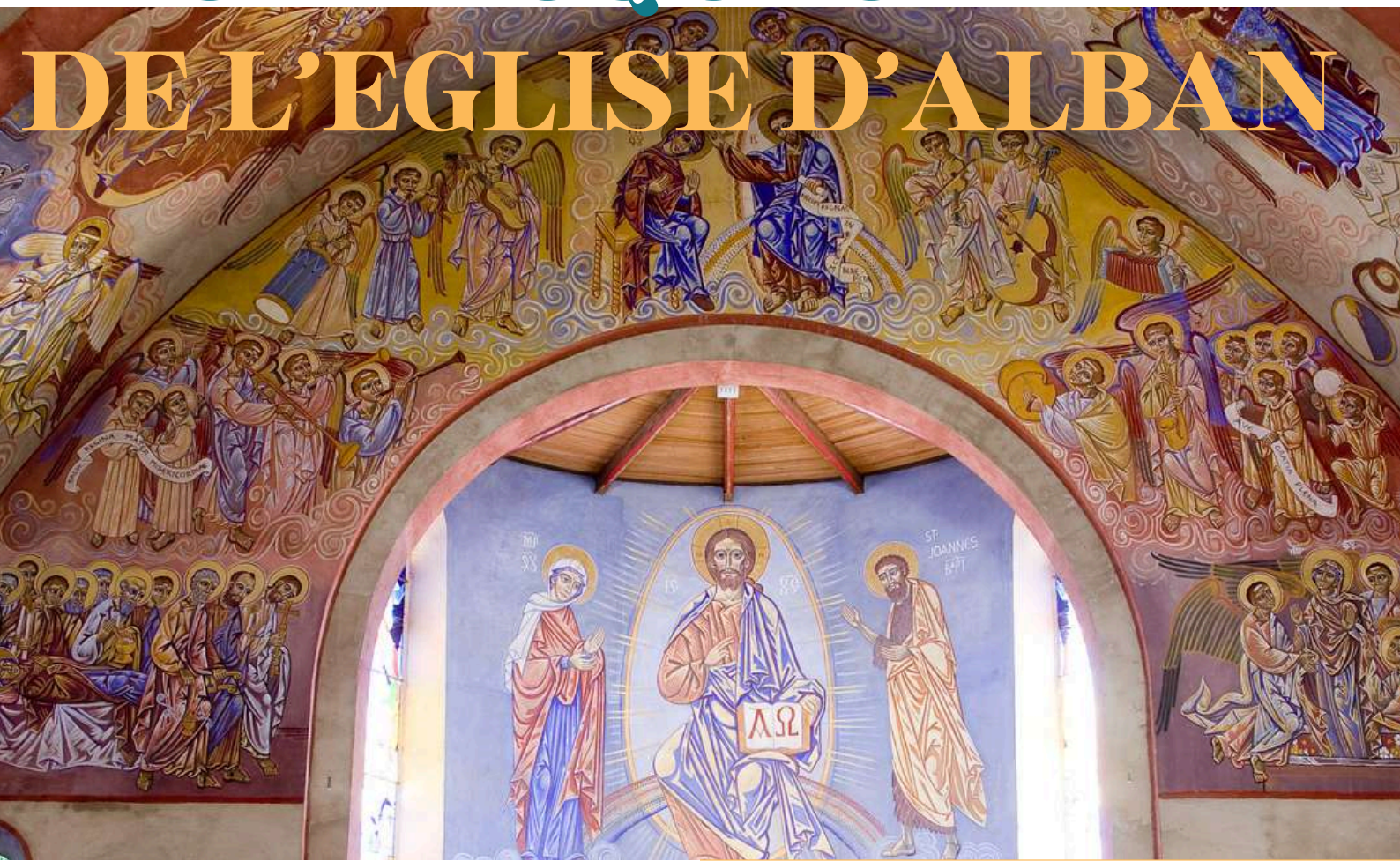
Les plus anciennes traces de l'existence de ce château remonteraient en l'an 1478. Le château qui avant la 2ème guerre mondiale était une magnifique résidence soigneusement meublée, fut ensuite une cachette pour les résistants FFI durant la seconde guerre mondiale.

Il fut ensuite incendié par les troupes Allemandes durant une opération contre le maquis. Toute la décoration intérieure et les toitures furent détruites. Laissé ensuite à l'abandon, le château fut pillé puis englouti par la construction du barrage de Razisse.

Aujourd'hui sa particularité est que le château présente des ruines qui émergent de l'eau selon les saisons et le niveau du lac de Razisse. Une curiosité du territoire à ne pas manquer pour vos plus belles photos dans un cadre naturel verdoyant.

Les vestiges étant fragiles et au milieu de l'eau, la visite à l'intérieur du château n'est pas possible pour des raisons de sécurité.

LES FRESQUES DE L'ÉGLISE D'ALBAN



L'église Notre Dame de l'assomption à Alban

L'église d'Alban surprend par son modernisme, ses fresques néo byzantines peintes par Nicolai Greschny, sa croix romane classée, sa vierge en bois doré du XVe siècle et son très beau portail finement sculpté.

Vue de l'extérieur, cette église surprend par son aspect moderne particulier. Mais une fois passé la porte d'entrée, c'est une véritable explosion de couleurs de sol au plafond qui laisse sans voix.

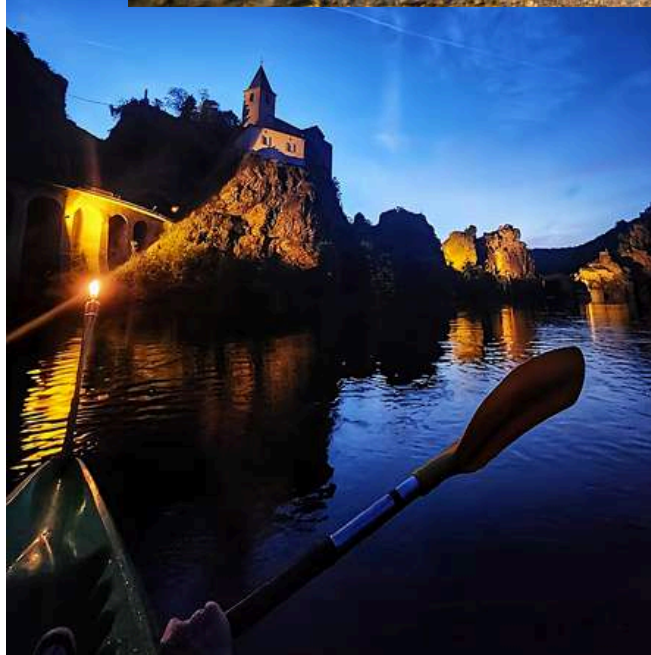
Né à Tallinn en Estonie, Nicolai Greschny s'installe à Marsal, près d'Albi, en 1948. Il peint plus de 10 000 m² de fresques dans un style néo byzantin sur les murs des églises de la région Occitanie. C'est lui qui a décoré l'église Notre-Dame d'Alban, son œuvre majeure sur le territoire.

Reposant dans la chapelle de la Maurinié à Marsal, construite par lui-même, il a laissé une réelle empreinte artistique et spirituelle dans la Vallée du Tarn.

L'office de Tourisme organise des visites avec les guides de l'AGIT durant la saison estivale. Elle est aussi ouverte à la visite libre de 9h à 18h tous les jours, toute l'année (Ouverture pouvant être sujette à modification étant assurée par des bénévoles).



CANOË ET PADDLE



Canoë et paddle sur la rivière Tarn

Laissez-vous éblouir et porter par la rivière Tarn sur les différentes bases de canoë et paddle. Retrouvez trois loueurs le long de la vallée proposant des parcours allant de 9 à 13km. En rapide ou en prenant votre temps, le jour ou au crépuscule avec des flambeaux, il y en a pour tous les goûts !

- LOCA à Trébas /Courris
- CDCK 81 (Base de Canoë de la presqu'île) à Saint-Cirgue
- Lo Capial aux Avalats à Saint-Juéry

GR 736 - GORGES ET VALLEE DU TARN

GORGES & VALLEE DU TARN

DES AVENTURES AU FIL DE L'Eau

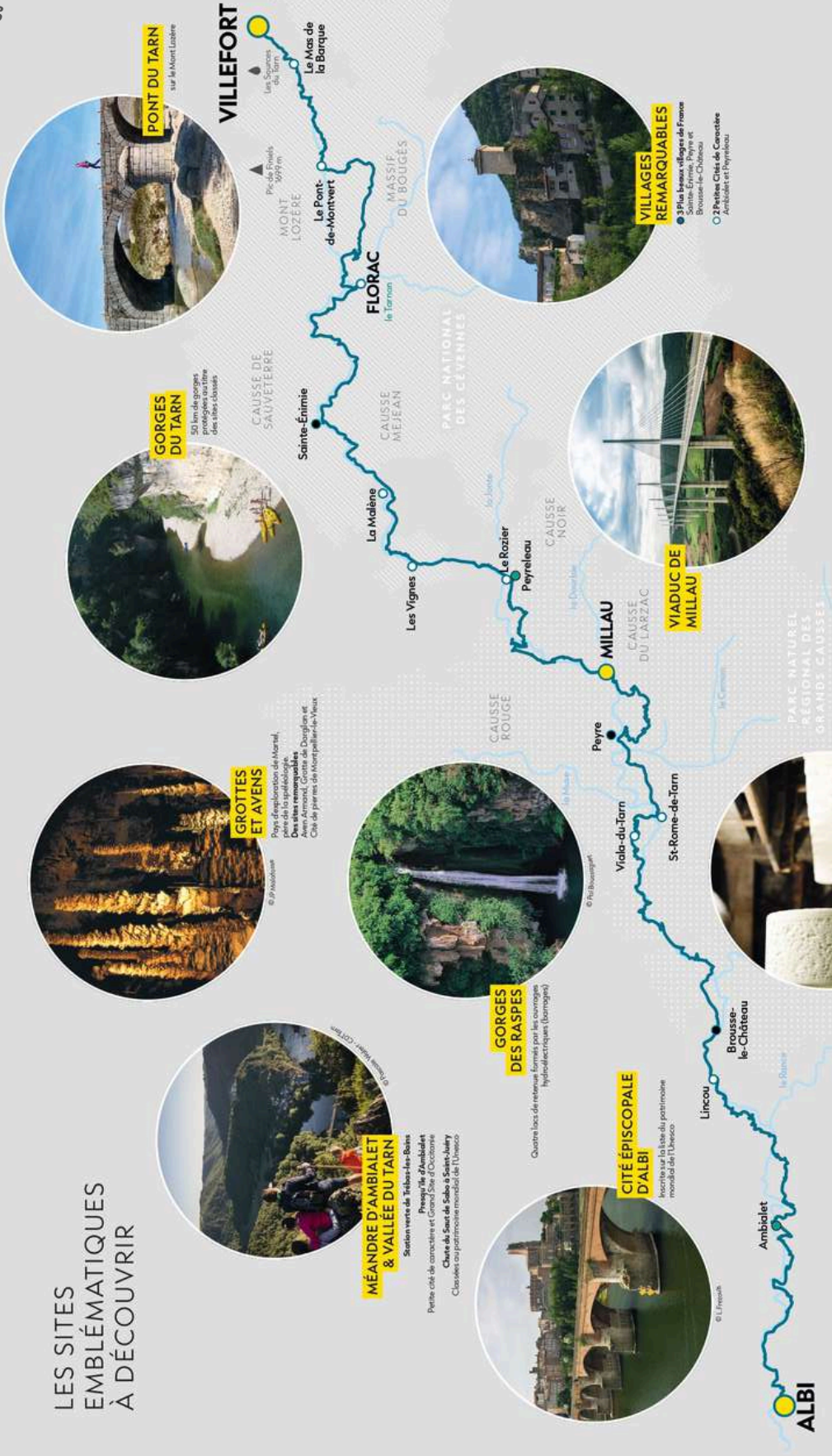
VILLEFORT

Albi • Nîmes • Montpellier • Marseille • Perpignan • Carcassonne • Toulouse • Bordeaux • Clermont-Ferrand • Lyon

De multiples façons de découvrir l'itinéraire

-
-
-
-

LES SITES EMBLÉMATIQUES À DÉCOUVRIR



3 départements
Lozère, Aveyron et Tarn

2 parcs
Parc national des Cévennes & Parc naturel régional des Grands Causses

Dénivelé
9 730 m D+
10 987 m D-

Altitude
de départ et d'arrivée :
de 1400 m à 900 m

15 étapes
Jusqu'à

300 km
Environ
d'itinéraire

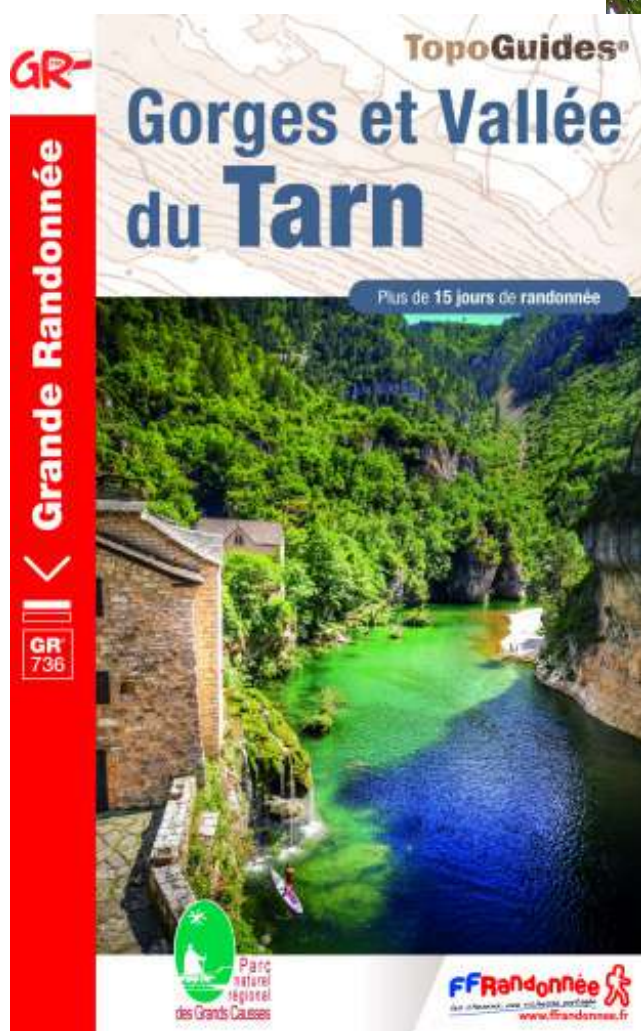
ITINÉRAIRE TRAVERSANT DES SITES PROTÉGÉS ET CLASSÉS :

L'itinérance Gorges et Vallée du Tarn - GR 736

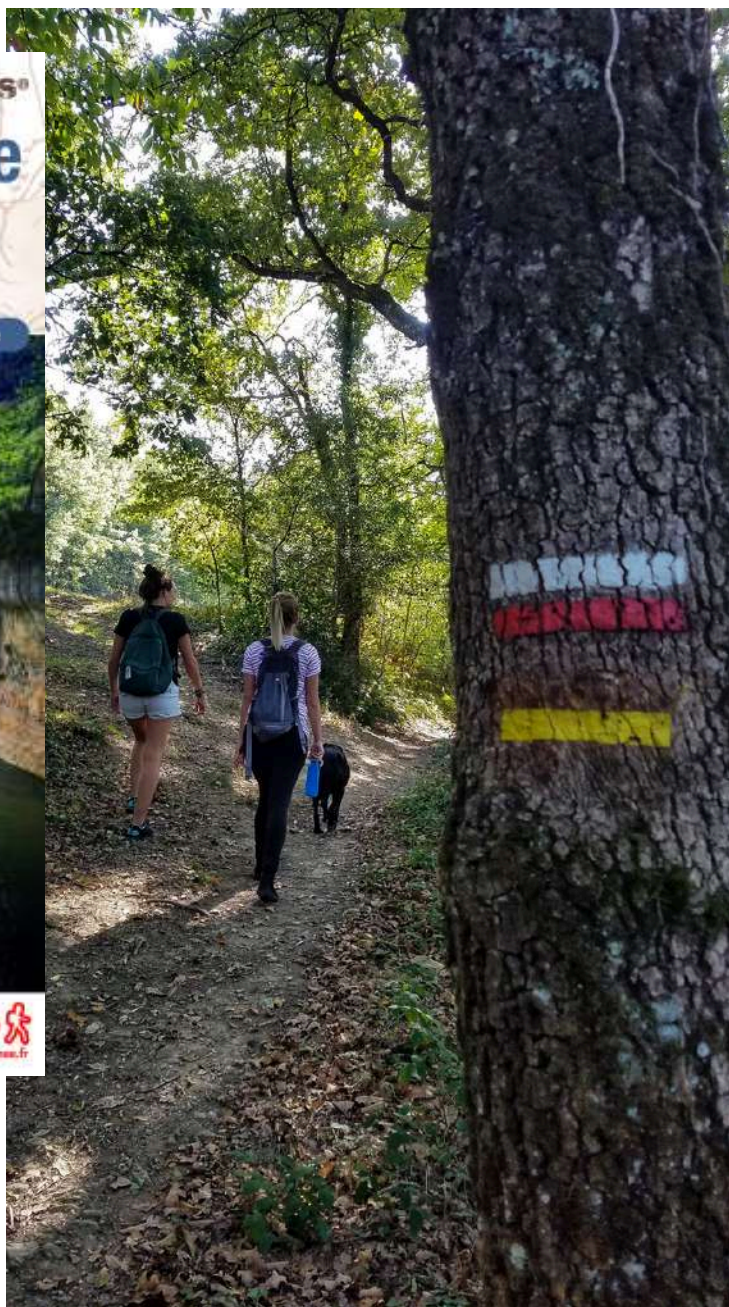
Ce GR de Villefort à Albi fait 300 km et traverse 3 départements (Lozère, Aveyron, Tarn), 2 parcs naturels (Cévennes et PNR des Grands Causses). La randonnée présente une grande diversité de patrimoines bâtis le long du Tarn (art roman, villages typiques, hydroélectricité...), de paysages variés (Causse, espaces naturels protégés, grottes, baignade en eaux vives, etc.), de savoirs faire et traditions locales (élevage, fromages, langue occitane dans la toponymie...).

Cet itinéraire présente 15 étapes de rando à faire à pied, en vélo, à cheval et même dans l'eau en canoë-kayak. Appropriez vous le sentier selon vos préférences et votre rythme. Un topo-guide a été édité permettant de préparer cet itinérance en détail.

Le sentier traverse le territoire Tarnais de la Vallée du Tarn & Monts de l'Albigeois de Fraissines à Albi en passant par Trébas, Ambialet, Marsal... Permettant de découvrir la vallée sous tous les angles et de profiter du cadre verdoyant en s'offrant une pause restaurant, baignade ou repos dans un de nos gîtes.



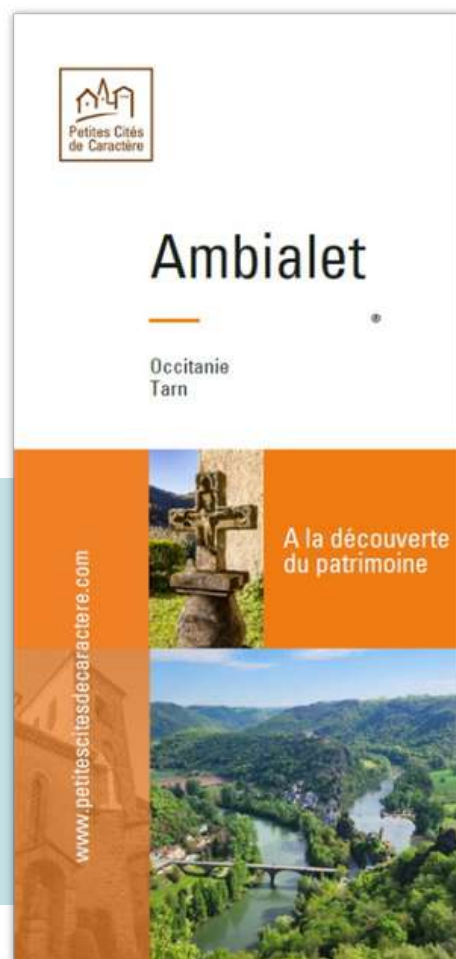
Retrouvez la **2ème édition du Topoguide GR736 Gorges et Vallée du Tarn**, édité en 2026.



Que de nòu ?*

Quoi de neuf ?

Inauguration du **parcours d'interprétation** sur la commune d'**Ambialet** permettant de découvrir le patrimoine et l'histoire du lieu. 18 panneaux répartis sur le village pour cheminer et explorer tout en apprenant ! Ce parcours est complété par un **livret découverte "Petites cités de caractères"** permettant d'approfondir la découverte historique.



Vivez une expérience originale et rétro avec **Les Bécanes d'Alfred** en partant à la découverte du territoire au guidon d'une mobylette ou d'une moto vintage.

En demi-journée ou à la journée, sillonnez les petites routes de campagne grâce à des parcours conseillés mêlant paysages, patrimoine, villages de caractère et pauses gourmandes.

06 17 44 44 32
06 75 75 10 05



Eco-musée L'époque révolue

*L'éco-musée "L'Époque Révolue" est un lieu culturel situé à **Andouque** qui propose une expérience immersive au cœur de la vie rurale et des traditions d'autrefois.*

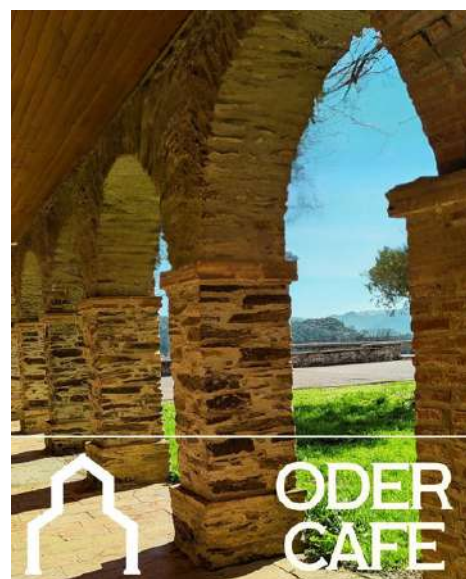
Le musée met en valeur le patrimoine local avec une collection d'objets anciens, outils et témoignages racontés à travers des visites guidées d'environ 2 heures où l'histoire est expliquée à travers les mots et les artefacts.

06 84 00 23 57



***L'Oder Café** est niché dans la quiétude absolue du cloître du **Prieuré d'Ambialet**. Ce café-restaurant vous invite à une parenthèse hors du temps.*

Poussez la porte pour savourer un café de spécialité, une pâtisserie ou un déjeuner, une cuisine libre, des bières craft, des vins nature, à l'ombre des arcades séculaires. Entre pierres chargées d'histoire et vue vertigineuse sur le célèbre isthme du Tarn, profitez d'une pause suspendue entre ciel et terre.



ODER
CAFE



LE LONG DE LA VALLÉE DE L'AMITIÉ

DU TARN À L'AVEYRON

Brousse le château, à la fois village médiéval et place forte avec son château au bord de la rivière Tarn est un véritable joyau niché au cœur de la vallée. Classé parmi les **Plus Beaux Villages de France**, le village séduit par ses ruelles étroites, ses maisons de pierre, son vieux pont et son église du XVe siècle.

Dominant cet ensemble depuis son éperon rocheux, le château fort de Brousse invite à remonter le temps. Ses tours, son enceinte fortifiée et son chemin de ronde témoignent de son riche passé médiéval et offrent de somptueux paysages.



Le village de Coupiac dévoile un charme médiéval niché dans un écrin de verdure. Ses ruelles, ses maisons de pierre et son patrimoine préservé invitent à une agréable promenade au fil de l'histoire.

Dominant le village, le **château de Coupiac** impressionne par sa silhouette majestueuse et ses imposantes tours rondes. Cette ancienne forteresse médiévale, remarquablement conservée, permet de découvrir l'histoire des lieux et la vie quotidienne au Moyen Âge.

Entre patrimoine, paysages vallonnés et ambiance paisible, Coupiac constitue une belle étape aux alentours de la vallée du Tarn.



Quelques lieux insoupçonnés



©DominiqueDelpoux

*Gorges de l'Oulas
à Paulinet*

La Bastide des Vassals à Saint-Grégoire

Une promenade facile, en pleine vallée verdoyante. À la découverte des ruines d'un donjon et d'un moulin du XIIIe siècle en cours de rénovation et de valorisation.



Le Puy Saint-Georges à Saussenac

Point de vue culminant sur les plateaux du Ségala (497m). Le mont est surplombé par les ruines de l'église Saint Barthélémy datant du XIIIème siècle.

Chapelle de Cahuzaguet à Saint-Grégoire

Construite au XIII^e siècle, perchée sur une colline, la chapelle Notre-Dame de Cahuzaguet est une église rurale fortifiée, elle est surtout connue pour sa simplicité et son architecture sobre et son environnement dans les collines de la rivière Tarn.



Espace d'exposition des statues menhirs de Miolles

*Au sein de la **Route des statues menhirs d'Occitanie**, la commune de Miolles propose une halte heureuse et inattendue pour découvrir d'autres très beaux exemplaires de statues menhirs.*

Ces dernières sont présentées dans un état de conservation remarquable. En 1993 et 1994, des statues menhirs sont découvertes au lieu-dit Le Terral. Cette aubaine a conduit la mairie à les exposer dans un espace qui leur est dédié, afin de les exposer au public.



Eglise de Lacalm (Le Fraysse)

Ce qui frappe le visiteur à Lacalm, ce sont les boiseries intérieures réalisées entre 1862 et 1865 par une équipe d'artisans sur bois sous la direction de Pierre Paul Laclau, artisan local originaire de Paulinet. Ces œuvres sont classées à l'inventaire des monuments historiques en 1959. Une finesse de sculpture digne de la dentelle !

Ne manquez pas les visites guidées des églises des Monts d'Alban organisées par l'Office de Tourisme.

Croix du XVI^e siècle à Fraissines

Croix de cimetière de style gothique tardif située à côté de l'église. D'un côté est sculpté le Christ crucifié entre la Vierge et saint Jean, de l'autre, la Vierge à l'Enfant au-dessus de deux personnages (dont un ange), surmontée d'un dais tenu par un ange.





Le Hameau de Gaycre

Surnommé par certains « le petit Mont Saint Michel de la vallée », ce lieu magnifique surplombe la vallée du Tarn et offre un point de vue exceptionnel.

Le sentier de randonnée "Gaycre par les rivages" vous permettra de découvrir ce hameau.

L'atelier du cordonnier

À Villeneuve-sur-Tarn, l'association Curvalle d'hier à aujourd'hui a ouvert un petit musée du cordonnier. Présentation du métier d'autrefois avec des machines, des outils, des accessoires et des matériaux nécessaires à la fabrication des sabots, galoches, brodequins et autres escarpins ainsi que tout le nécessaire à leur entretien.



De quoi être sadoul* !

*rassasié, rempli en occitan



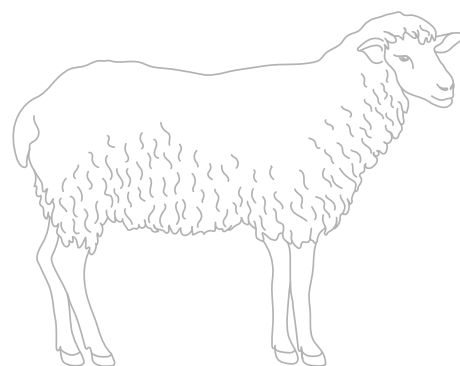
*La célèbre poule Célestine aux olives de
l'Hôtel Restaurant du Pont à Saint-Cirgue*

From d'Aqui à Assac

Visitez un élevage de brebis laitières suivi d'un goûter à base des produits de la ferme ! Dominique et Maryline vous invitent à une visite guidée de l'élevage de brebis laitières de race Lacaune dont le lait d'exception sert à la fabrication du célèbre Roquefort.



Retrouvez de nombreux produits tels que des tommes au lait cru, yaourts, fromages blancs, pérails, confitures de lait... en vente directe à la ferme, ou sur les marchés du territoire.



La Ferme de Peyrouse à Padiès

Exploitation typique du Ségala Tarnais située à Padiès, ferme d'élevage de génération en génération, la ferme de Peyrouse perpétue ce savoir faire.

Chaque été des visites à la ferme sont organisées, à la rencontre de la fameuse race Galloway, sans oublier les repas à la ferme auberge qui sauront ravir les plus gourmands !

Les repas sont issus des productions avec l'immanquable charcuterie de bœuf bio Galloway !



Miellerie Vinaigrerie Apis Vinaegria à Trébas



Production biologique de miels de pays par l'apiculteur, fabrication de vinaigres de miel et moutardes à l'ancienne.

Alliance d'une recette d'apiculteur et d'une technique de vinaigrier, cette production décline une gamme originale de produits de la ruche : miels, vinaigres de miel à l'ancienne (nature et aromatisés), de moutardes à l'ancienne, pollen, propolis ...

Ouvert toute l'année sur rendez-vous et tous les jours en juillet et août, pour la vente directe et sur des marchés du territoire.

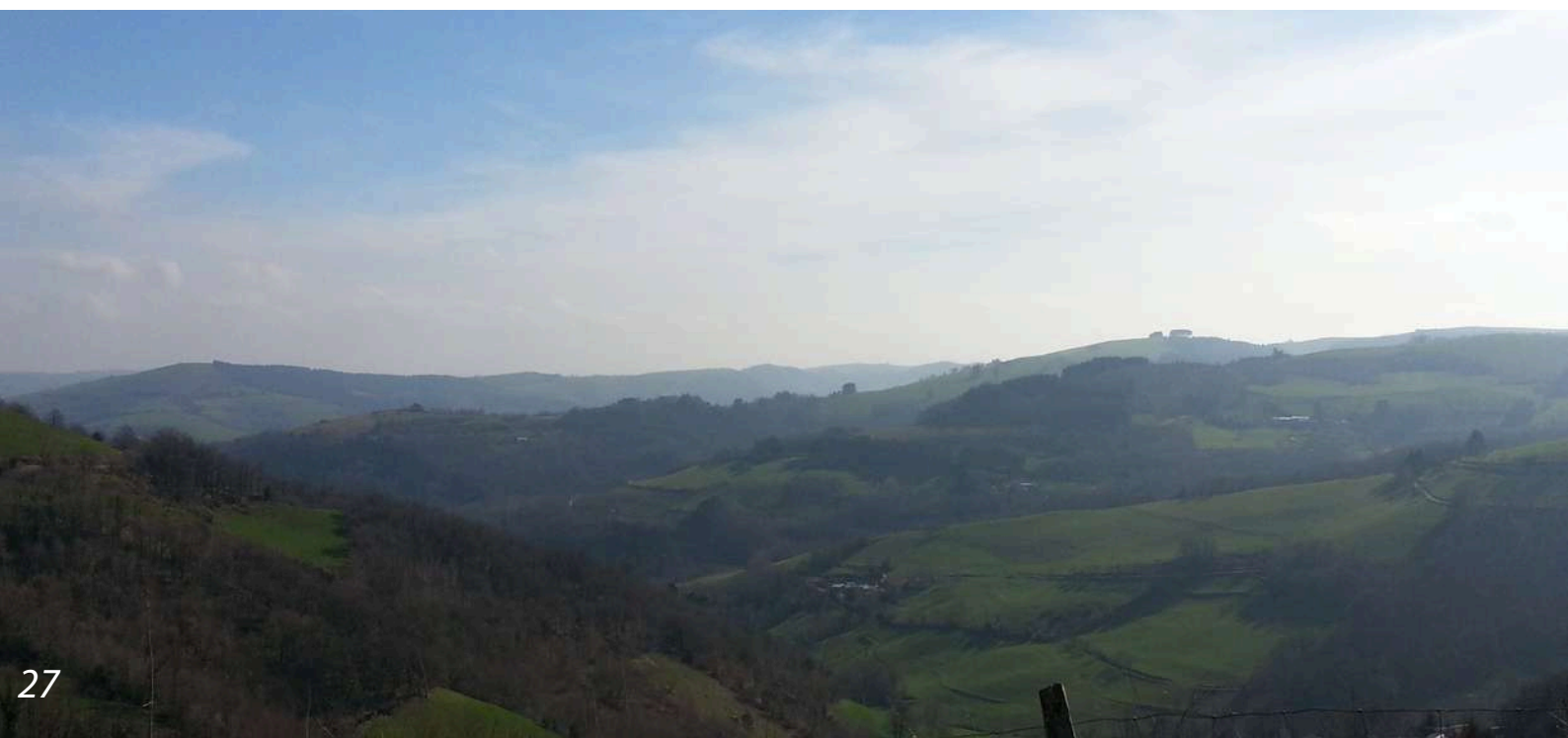


Les Vergers (Trébas, Miolles)

La Vallée du Tarn est propice à la culture de fruits de vergers.

On retrouve les vergers de **Trébas** en agriculture raisonnée avec une dizaine de variétés de pommes, des poires, jus de pomme et de poire ainsi que du pétillant. Le tout en vente directe à l'exploitation.

A **Miolles** également, se trouvent deux producteurs de fruits en vergers. L'entreprise Boularan Fruits de Montagne ainsi que Les Vergers de l'Oustalou. Tous deux accessibles en vente directe.



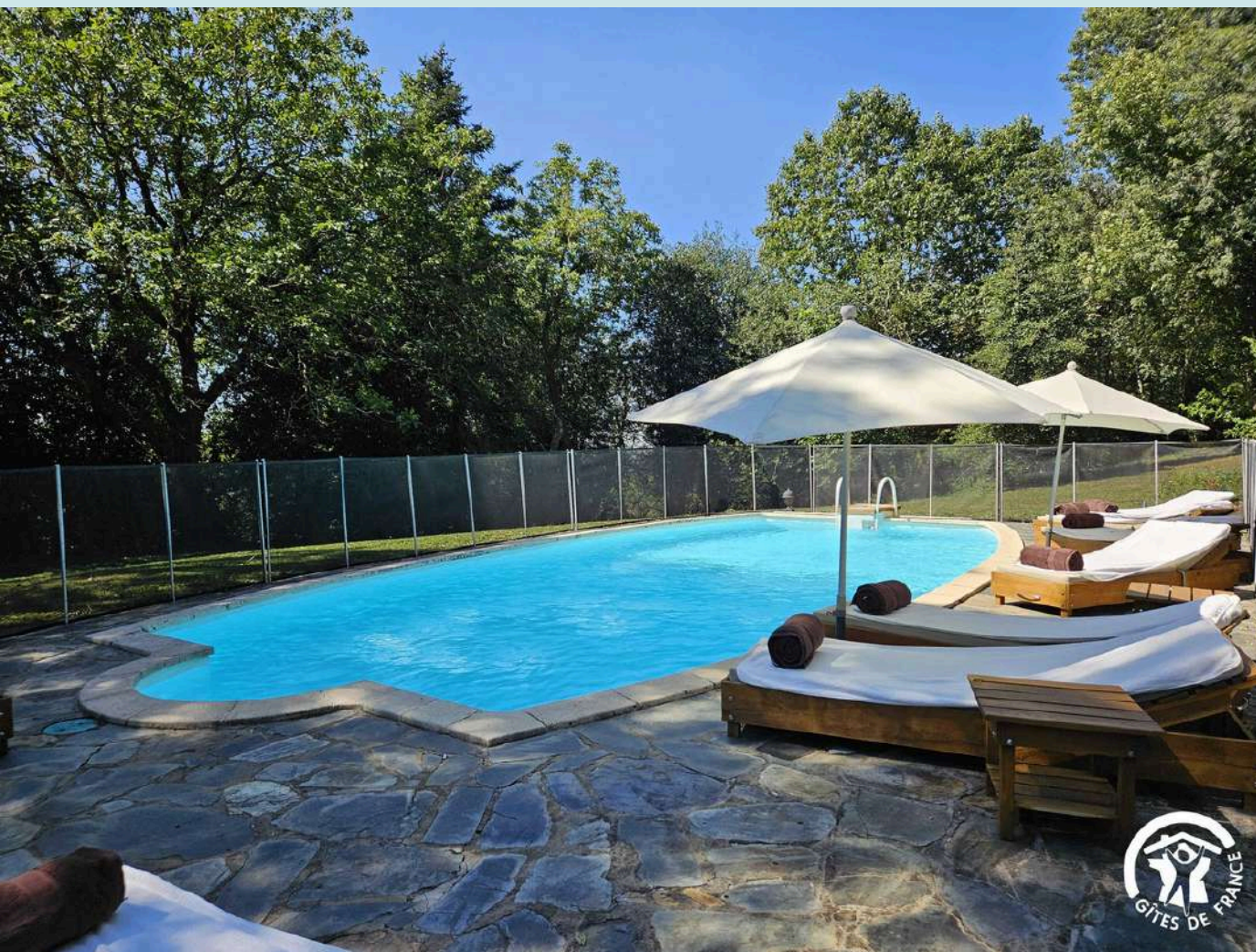
Là où l'on se sent « chez soi »

Quelques hébergements touristiques



©MaisonMambré

***Chambres d'hôte Maison Mambré à
Bellegarde-Marsal***



L'Oustal de Pascal - Paulinet



Dans le village, tout le monde l'appelait la maison de Pascal.

Séjournerez dans une ferme traditionnelle du XVIIIe siècle en surplomb de la vallée de l'Ambias, au cœur des Monts d'Alban, en bordure du petit hameau de Plagnes, l'Oustal de Pascal vous accueille.

Le cadre est enchanteur, un grand parc arboré, une jolie piscine rien que pour vous, et un sauna pour vous détendre. La rénovation de la maison est une grande réussite, dans le respect des matériaux et des savoir-faire traditionnels, hérités de génération en génération.



Kumbaya - La Balagane à Bellegarde Marsal



"La vie est là, simple et tranquille". Paul Verlaine.

La Balagane à Bellegarde (anciennement Domaine de La Borie Neuve), juste à côté d'Albi, une belle propriété tarnaise, ancien corps de ferme rénové.

Le parc boisé et fleuri, paysage vallonné typique de la campagne albigeoise, succession de coteaux, la vue porte par beau temps jusqu'aux Pyrénées. Pour petits et grands, une belle piscine, ping-pong, terrain de pétanque, barbecue. Sentiers de randonnée au départ de la propriété, circuit VTT. Possibilité de location simultanée de tous les gîtes et des chambres d'hôtes, formules souples en fonction de vos besoins.





Parc résidentiel de Loisir "Domaine Vallée du Tarn" - Saint Cirgue

Avec son panorama sur la vallée et ses 17 hectares, le Domaine Vallée du Tarn est un havre de paix et de quiétude.

Le domaine dispose de 30 emplacements dans des chalets spacieux, le tout dans un cadre familial.

En été, profitez des nombreuses animations avec les deux piscines, un bassin pour enfants, les concerts et les services : Dépôt de pain, le snack, le bar, la laverie, une salle d'activités, une bibliothèque et un centre de soins.



RETROUVEZ L'INTEGRALITE DE NOTRE OFFRE SUR :
VALLEEDUTARN-TOURISME.COM



HOLVOET Bastien

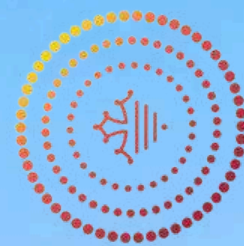
*Chargé relation presse / Office de Tourisme Vallée du
Tarn et Monts de l'Albigeois.*

6 route du Prieuré 81430 AMBIALET

07 88 40 23 08 - 05 63 55 39 14

bastien.holvoet@valleedutarn.fr

accueil.tourisme@valleedutarn.fr



**GRANDS
SITES
Occitanie**
SUD DE FRANCE

**ALBI
VALLÉE DU TARN**

