



ÇA BOUGE!

DANS LE VALDO

Pour joindre le journal :

courrier.cabouge@gmail.com

Pour joindre le foyer rural :

foyer.rural.brenoux@gmail.com

ou 04 66 48 00 19

Journal des animations culturelles, environnementales, sociales et sportives du Valdonnez

Infos Valdo...

COCHON TRUFFIER



Cherche cochon ou chien truffier.

Dans les archives d'une des communes du Valdonnez, un lieu précis est référencé où l'on trouve des truffes. Le comité de rédaction de *Ça bouge dans le Valdo*, ne reculant devant rien, se rendra sur place pour vérifier l'information et a

besoin de préférence d'un chien ou d'un cochon compétent... sans le maître. Prendre rendez-vous pour le casting.

CONCERTS

le vendredi 5 avril à 20 h 30.

avec La Grillon et Lula Heldt, voir en page 3. Tarif : 8 ou 10 €.

ALSH VACANCES DE PÂQUES

du lundi 8 au vendredi 12 avril.

Thème : la quête des dinosaures.

PASSE-PIERRE

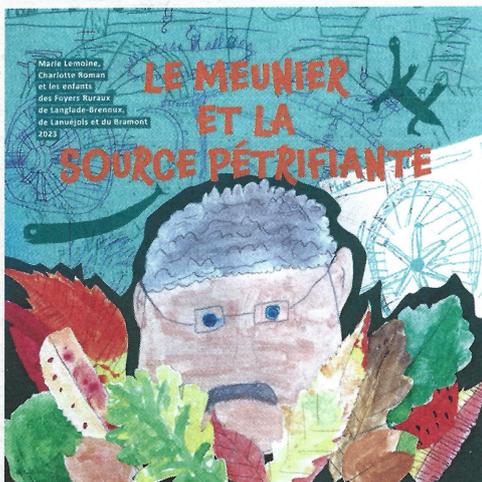
le vendredi 12 avril à 18 h.

Pendant les vacances de la Toussaint, les enfants du Valdonnez ont participé à la découverte du patrimoine matériel et immatériel des 3 vallées au cours de l'opération Passe-Pierre. Un livre a été écrit et illustré.

Une dédicace de ce livre est organisée à la salle des fêtes de Langlade.

Évelyne viendra interpréter le livre.

Ce début de soirée se terminera par un apéro dînatoire partagé.



FINALE DÉPARTEMENTALE DE BELOTE

le mercredi 16 avril à 13 h 30 à Barjac.

Contact : Annie Gallopain au 06 83 29 83 50..

VARAZOUX

Dim. 21 avril

déjeuner aux tripoux

8h30

Vente de PAINS/FOUGASSES cuits au four.



Repas au chaud et à l'abri (au préfabriqué).

Infos et réservations : 06 81 88 56 72.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU FOYER

le lundi 22 avril à 20 h 30.

Ouvert à tous.

CONTELICOT

le mardi 23 avril de 10 h à 11 h

ATELIER DANSE TRAD

La dernière séance de cet atelier qui se déroule deux fois par mois aura lieu le **vendredi 23 avril à 20 h 30** et sera suivie d'un bal avec le groupe Baztrad'oc.

Les danses dites traditionnelles ou folk ainsi que les musiques et les chants qui l'accompagnent, restent aujourd'hui tout à fait actuelles ; de nombreux bals et festivals en témoignent tout le long de l'année en France comme dans le restant de l'Europe.

(Suite en page 3)

L'ATELIER PÊCHE NATURE BALSIEGES VALDONNEZ

L'atelier Pêche Nature de l'AAPPMA Balsièges-Valdonnez a débuté sa 20^e saison. Il accueille une dizaine de jeunes des trois vallées. L'encadrement est assuré par Grégory Richard, responsable du service animation à la Fédération de pêche de la Lozère et par deux anciens élèves de l'atelier pêche, Corentin Bonnal et Émilien Chapelle. Pour cette nouvelle édition, une dizaine de séances sont prévues, ainsi qu'une sortie au mois de juin à

(Suite en page 4)

Les marchés d'été à Langlade

RAPPEL : ces marchés, organisés par Rendez-vous dans l'Valdo, reprendront leur activité tous les vendredis de début juin à fin septembre de 17 h 30 à 20 h au Pré de la tour ou à la salle des fêtes de Langlade en cas de mauvais temps.

Farine et lentilles à Lanuéjols

Depuis plusieurs années je souhaitais franchir le pas du bio pour mes différentes productions faites de cultures de céréales diverses ainsi que de quelques parcelles de lentilles, c'est donc fait !

Puis voulant mieux valoriser ces productions, j'ai choisi l'option de transformer les céréales en farine et de faire de la vente directe avec les lentilles qui, avant cela, avec les céréales, étaient vendues en gros en coopérative agricole ou à un négociant.

Au tout début de la production

de la farine, je faisais mouder mes céréales à différents moulins, puis en août 2022 j'ai décidé pour plus de facilité de travail et d'indépendance d'acheter mon propre moulin, c'est une belle activité .

La chaîne est donc respectée, tout cela est cultivé sur les terres familiales autour de Lanuéjols, récolté et transformé sur place, vendu à proximité.

J'exposerai au marché de Langlade mes farines et mes lentilles une semaine sur deux comme l'an passé.

À très bientôt !

Claire Vitrolles à Lanuéjols
06 74 94 91 68.



Fromages de lait de Brunes à Chanac



Quand des producteurs ont une belle histoire familiale mais aussi collective à raconter (six fermes travaillent en commun), c'est encore mieux pour ceux qui achètent leurs fromages. Il en est ainsi pour les fromages « Saveur Lozère ». Les vaches sont des brunes des Alpes à la robe gris beige jusqu'au brun. Le lait qu'elles produisent est bio depuis 2016.

L'idée de fabriquer un fromage original est venue pour l'organisation du *Mondial de*

la brune en 2016 à Mende. La *brune* produit un lait riche en protéines, gage de fromage de qualité.

Une fois le premier fromage réussi et apprécié, 6 types de fromages ont vu le jour, 2 pâtes molles : le Fondant et le Paysan, 2 pâtes pressées : le Gourmand et l'Affiné, 1 bleu : le Bluffant et enfin le dernier le Bouton d'or, une boule de 800 g.

Vivement début juin...

Patricia Barbut, Saveur Lozère à Chanac 06 75 15 57 70



Retrouvez-les sur leur site : [Saveur Lozère](#)

Un brasseur et apiculteur au Viala (commune de Lanuéjols), Florian Rome

Florian s'est installé il y a 3 ans sur la ferme familiale, Milot du Viala, après plusieurs années comme travailleur saisonnier dans les Alpes. Son projet agricole, l'apiculture et la fabrication de bières.

Aujourd'hui grosse journée avec la mise en bouteille de la dernière cuvée réalisée avec l'orge de ses champs au Viala, aidée par ses parents venus lui donner un coup de main. Il décline ses bières en 4 spécialités (blanche, blonde, ambrée ou IPA, plus corsée) et 2 formats, la 75 cl et la 33 cl.

Les bières portent le nom de « Jeannette » en souvenir et hommage à sa grand-mère.

Pour le miel, il récolte deux spécialités (toutes fleurs du Valdonnez et châtaignier) et les conditionne en pots de 500 g ou de 1 kg.

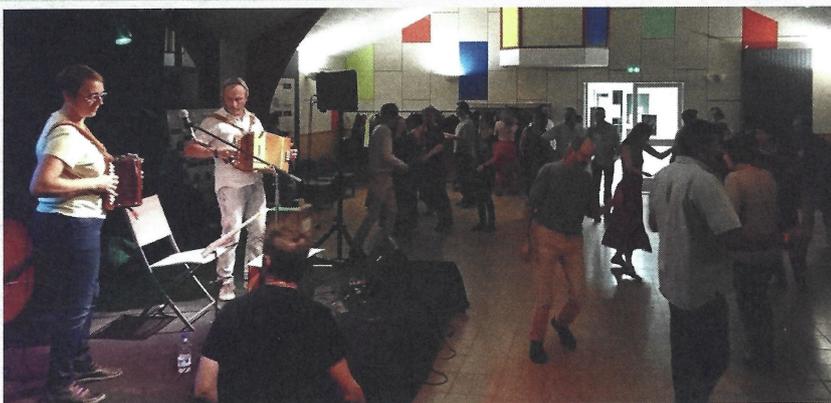
Du haut de ses 40 ans, cet agriculteur innovant est un fidèle du marché. Il sera présent cette année encore pour nous proposer ses produits en circuit court et aux bonnes odeurs de nos fleurs du Valdonnez.

Contact : 06 81 41 39 72.



Clôture de l'atelier danses trad

(Suite de la page 1) Certes cet univers est comme un isolat dans ce monde multiculturel et mondialisé, cependant il y trouve encore sa place. Il est aussi multigénérationnel. On y vient toujours en costume de tous les jours, avec le sourire et la même ferveur, en famille, en couple, entre amis ou même en solo, que l'on soit acteurs, spectateurs ou même seulement amoureux de la musique et des cultures régionales. Elles gagnent tous les cœurs qui s'y attardent ; il faut juste oublier ses préjugés et ses soucis, se laisser prendre la main dans la joie et la bonne humeur et surtout lâcher prise. Ces danses invitent leur public au partage dans un véritable moment de convivialité, que ce soit dans une salle de bal ou sur une place publique, peu importe l'endroit, du moment que l'on peut bouger les gambettes. Elles puisent leur source dans les répertoires culturels de chaque région de France et d'ailleurs.



Du répertoire auvergnat, en passant entre-autre par la Bretagne, le Poitou, le Quercy, les landes gasconnes, le pays basque, le Béarn, l'Occitanie, l'Italie. Elles se pratiquent en cercle, en petite ronde, en chaîne, en mixeur, en quadrette, en couple et parfois en solo. Évidemment, nous ne pouvons pas parler de danses traditionnelles sans ces musiques et ces chants qui guident nos pas sur les parquets. Ces musiques sont également créatives et aujourd'hui, évolutives vers le néo-trad et l'électro-trad et, pour certaines, elles se sont mêmes métissées en s'enrichissant d'influences venant d'ailleurs. C'est l'occasion de rendre hommage à tous ces musiciens qui, avec leurs vieilles, violons, accordéons, flûtes, fifres, cabrettes, percussions de tous genres et autres instruments traditionnels et électro, s'évertuent à répéter assidûment leurs gammes pour notre plus grand plaisir.

Pour toutes ces raisons, venez nous rejoindre avec ou sans connaissances, à nos ateliers de danses deux fois par mois à la salle des fêtes de Langlade de 20 h 30 à 22 h ; mais attention il n'existe pas de vaccin à cette addiction.

Le site internet baldumois.org vous donnera toutes les informations nécessaires pour découvrir cet univers des danses traditionnelles et les programmations de bals, festivals, concerts et ateliers, tout au long de l'année.

Les artistes du concert du 5 avril

**LULA
HELDT**

**Chansons poétiques,
oniriques et déjantées**

Auteure, compositrice interprète,
elle déploie son univers épique de



métaphores
et musicalisé de
manière percussive
avec Alfred le Cello, son
violoncelle qu'elle utilise
comme une contrebasse. De-
bout. Elle explore sa voix de façon
expérimentale en jouant avec les diffé-
rents timbres possibles, allant du lyrique
aux voix tziganes et jusqu'à rouler les R. On
peut donc entendre des fragments de musiques
du monde, des transes, des mélodies espagnoles,
et de l'anglais à l'accent réinventé dont elle se sert avec
humour.

Nina Hagen et Iva Bittova l'ont inspirée. Barbara, Edith Piaf et
Jacques Brel ont été ses piliers d'interprétation de textes.
Elle nous propose son répertoire, où douceur et révolte sont associées
et assumées.

LA GRILLON

Chansons réalistes et fleuries

Il était temps de prendre le temps d'écouter
battre les ailes de La Grillon. Après avoir
porté sur scène des identités multiples
(clown, chanteuse pour le jeune
public, comédienne...), Anaïs

Dubeau se dévoile dans une

proposition artistique au-
tentique ! Multi-ins-
trumentiste, elle

passé allègre-
ment des

cordes aux vents sans oublier l'électronique grâce à sa
looper au bout du pied. De la chanson réaliste certes,

mais loin de tomber dans un écrin trop étroit pour
elle, La Grillon se dévoile au cœur d'un univers

coloré et joyeux où poésie et légèreté s'en-
tremêlent, où chaque morceau laisse

entrevoir un tableau sensible de
nos émotions quotidiennes. Un

concert malicieux et ciselé,
comme un coffre à jouets

que La Grillon vous
propose de parta-
ger !



ANIMATIONS DU MOIS

Date	Heure	Animation	Lieu	Contact
02/04	20 h 30	ATELIER DANSES TRAD	Salle des fêtes de Langlade-Brenoux	FR Langlade 06 78 29 98 05
03/04	À partir de 7 h 30	ALSH SUIVI DE SPORTS INNOVANTS		
05/04	20 h 30	CONCERT AVEC LA GRILLON ET LULA HELDT : voir en pages 1 et 3.		
Du 8 au 12/04	7 h 30 - 18 h 30	SEMAINE DE L'ALSH : pour les enfants de 3 à 11 ans, voir en page 1.		
12/04	18 h	DÉDICACE DU LIVRE DE L'OPÉRATION PASSE-PIERRE : voir en page 1.		
16/04	13 h 30	FINALE DÉPARTEMENTALE DE BELOTE : voir en page 1.	Barjac	Annie Gallopain 06 83 29 83 50
21/04	8 h 30	DÉJEUNER AUX TRIPOUX À VARAZOUX : voir en page 1.	Varazoux	EOLE 06 81 88 56 72
22/04	20 h 30	ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU FOYER RURAL DE LANGLADE-BRENOUX	Salle des fêtes de Langlade-Brenoux	FR Langlade 06 78 29 98 05
23/04	10 h à 11 h	CONTELICOT : atelier de lecture pour les petits de 0 à 3 ans.		Isabelle Mercier 06 87 37 52 64
23/04	20 h 30	DERNIER ATELIER DANSES TRAD SUIVI D'UN CONCERT AVEC BAZTRAD'OC : voir en pages 1 et 3.		FR Langlade 06 78 29 98 05
24/04	À partir de 7 h 30	ALSH SUIVI DE SPORTS INNOVANTS	Salle des fêtes de Saint-Étienne-du-Valdonnez	
05/05		FÊTE DU PAIN ET MARCHÉ AU FLEURS	Lanuéjols	Julien Bruel 06 87 20 35 96



(Suite de la page 4)

l'étang de Barrandon, pour la rencontre départementale des ateliers pêche nature.

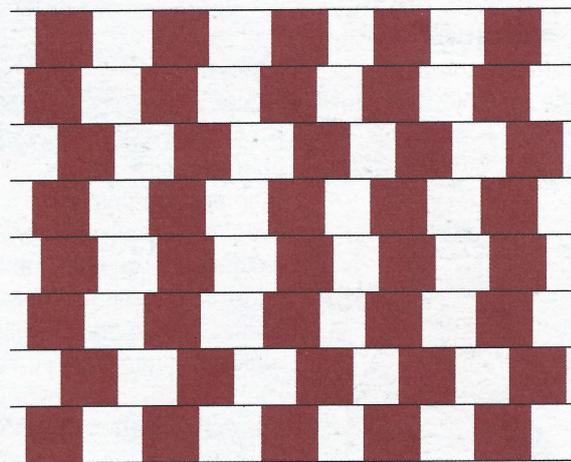
L'initiation se partage entre la pêche aux appâts naturels et la pêche au lancer. Après un passage en salle, pour expliquer la composition d'une monture, l'animation se poursuivra au bord de la rivière sur le Bramont et sur le Lot.

Les rendez-vous sont fixés à Rouffiac, à la maison des chasseurs, certains samedis du mois de mars au mois de juin de 9 h à 12 h.

Tél. 04 66 65 36 11.

NOUVEAU !

Un service de relais poste et Pick up a été mis en place à la boulangerie des 2 Vallées à Rouffiac pour simplifier vos déplacements et la récupération de vos colis. Le magasin est ouvert du lundi au samedi de 7 h à 12 h 30, et de 16 h à 19 h. Le dimanche de 7 h à 12 h 30.



Quel bazar cet empilement !

Les droites horizontales sont-elles vraiment droites ? Sont-elles horizontales ?

POUR FAIRE PASSER UNE INFO DANS LE JOURNAL DE MAI OU POUR METTRE UN ENCART PUBLICITAIRE DANS LE JOURNAL, envoyez un mail avant le mercredi 10/04/24 dernier délai sur la boîte aux lettres du journal courrier.cabouge@gmail.com



Mairies du Valdonnez
Conseillers Départementaux
Saint-Etienne-du-Valdonnez

