



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...

TRAIL DE BASSY

organisé par le foyer rural le Bramont, dimanche 3 mars.
Renseignements au 07 70 72 81 68.

AU CLUB DES 3 VALLÉES

- Concours de belote

réservé aux adhérents mardi 5 mars à 13 h 30 à la Salle des aînés du Chastel-Nouvel. Renseignements au 04 66 47 09 95.

- Loto sans ordinateur

ouvert à tous, dimanche 10 mars à 14 h à la salle des fêtes de Saint-Étienne-du-Valdannez. Renseignements au 06 83 29 83 50 ou au 06 88 89 51 43.

- Choucroute

réservée aux adhérents dimanche 17 mars à 12 h à la salle des fêtes de Langlade. Renseignements au 06 83 29 83 50 ou au 04 66 48 05 39.

CARNAVAL DE L'APE DE L'ÉCOLE DE SAINT-ÉTIENNE-DU-VALDONNEZ

le samedi 9 mars à partir de 16 h.



Rendez-vous devant l'école pour un défilé avec Monsieur Carnaval vers la salle des fêtes.

Crêpes, buvette et surprises vous attendent à la salle des fêtes.

À partir de 18 h, vente de paëlla à emporter. Sur réservation (facebook ou apesaintetienne@gmail.com), 13 euros la part.

CONCOURS DE BELOTE DE L'AMICALE DES SAPEURS-POMPIERS

vendredi 15 mars à 20 h 30 à la salle des fêtes de Langlade-Brenoux.

CONTELICOT

le 19 mars de 10 h à 11 h.

REPAS DES AÎNÉS DE BRENOUX

dimanche 24 mars à 12 h à la salle des fêtes de Langlade-Brenoux. Cette année, le repas est ouvert à tous les habitants de Brenoux, gratuit pour les aînés et payant pour les autres (33,50 € pour les adultes et 17 € pour les enfants) sur réservation à la mairie de Brenoux au 04 66 48 06 34 ou par mail à mairie.brenoux@wanadoo.fr. Pour tous, la date limite d'inscription est fixée au 10 mars.

NUIT DU LOTO

organisée par le foyer rural le Bramont, samedi 30 mars à 20 h 30 à la salle Georges Frêche à Mende.



DE NOUVELLES TECHNIQUES AUX ATELIERS DU SAVOIR-FAIRE

Tous les lundis soirs, de 20 h 30 à 22 h 30, de novembre à mars, au foyer rural, plusieurs bénévoles transmettent leurs savoirs : fabrication de paniers lozériens, paillage de chaises, en tissu ou en paille, paillassous, tricot et crochet.

L'année dernière, sous l'œil attentif de Marie, plusieurs personnes ont essayé une nouvelle technique de paillage de chaises : le paillage en couleurs, réalisé à partir de paille des marais ou de raphia, plus léger, et plus facile à travailler. Le brin est torsadé avec de la paille

(suite en page 4)

Les marchés d'été à Langlade

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.



L'ARBRE À PAIN vous propose **des pains, des viennoiseries...**

07 82 74 08 93

pains bio au levain naturel, pétris à la main et cuits au four à bois.

Je m'appelle Stéphane Charlery. Infirmier de formation, j'ai souhaité me former à la fabrication de pain au levain et devenir artisan pour me rapprocher de « la matière » et vivre de nouvelles sensations tout en étant utile. Je viens d'ouvrir mon fournil L'Arbre à Pain à Saint-Étienne-du-Valdonnez.

J'ai à cœur de me fournir chez des paysans locaux, à Lozère Moisson à Lanuéjols pour les farines par exemple. Je suis ravi de participer à ce beau marché à Langlade.



Viandes et salaisons

Au lieu dit les Badioux, le GAEC le Balat de l'Amourous

(Christophe, Françoise et Basile), en plus de son élevage porcin, élève un cheptel de 80 vaches de race Aubrac.

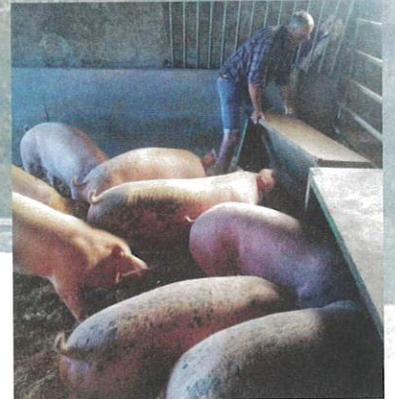
Celles-ci passent l'été sur les contreforts du Mont Lozère de fin mai à début septembre. Elles redescendent ensuite autour du village où elles pâturent dans des prairies naturelles. Elles sont à l'étable de fin novembre à fin avril.

Leur nourriture se compose de foin issu de nos champs et de farine pour les vaches ayant mis bas.

Le GAEC est présent sur le marché avec ses productions.

06 86 57 47 60

06 80 01 91 07.



SAVONS PARFUMÉS GRAPHICS



Les 2 Gredins est une savonnerie artisanale implantée à Saint-Étienne-du-Valdonnez depuis 2021. Dans notre atelier, nous confectionnons des savons surgras par saponification à froid, en utilisant des ingrédients naturels et issus de l'agriculture biologique.

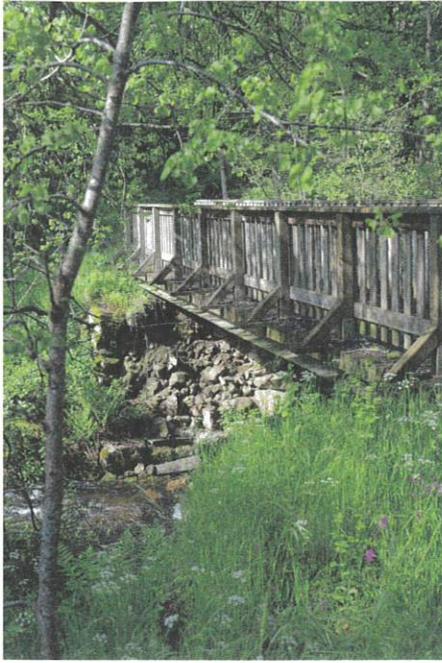
De véritables œuvres d'art conçues pour embellir les salles de bain et transformer le rituel de la douche en une expérience merveilleuse ! Notre démarche artistique dans la création des savons rend notre approche unique.

Parfumés ou non, graphiquement simples ou plus élaborés, nos savons offrent une grande variété, propre à satisfaire tous les goûts. En 2023, notre gamme s'est enrichie avec l'introduction d'un premier shampoing solide et d'un déodorant stick. De nouvelles créations sont actuellement en cours de développement ; un peu de patience vous permettra bientôt de les découvrir !

Les 2 Gredins sont présents sur le marché.

06 31 66 40 59 ou leur site les2gredins.com ou fb : Les 2 Gredins.

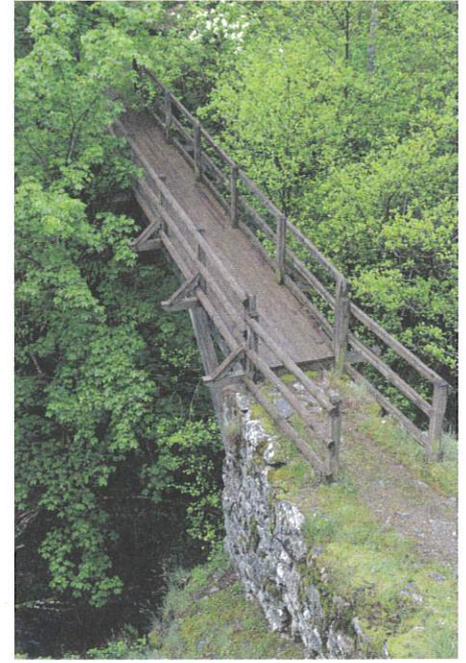
Le Bramont (5 et fin)



La passerelle de la Fage



La passerelle de Bassy vers 1910



La passerelle de Bassy aujourd'hui

Au sortir des gorges, l'espace s'élargit un peu sur le côté est entre Saint-Étienne-du-Valdonnez et la première falaise du Truc de Balduc, le temps de recevoir le Valat de Merdaric. Entre le cause de Sauveterre et le Truc de Balduc, la vallée se resserre à nouveau avant de déboucher sur la petite plaine de Rouffiac puis de se resserrer encore entre le cause de Sauveterre et celui de Mende, dernière étape avant de se jeter dans le Lot en aval de Balsières au sud de Bec de Jeu. Rien que personne ne connaisse sur la géographie de la vallée donc.

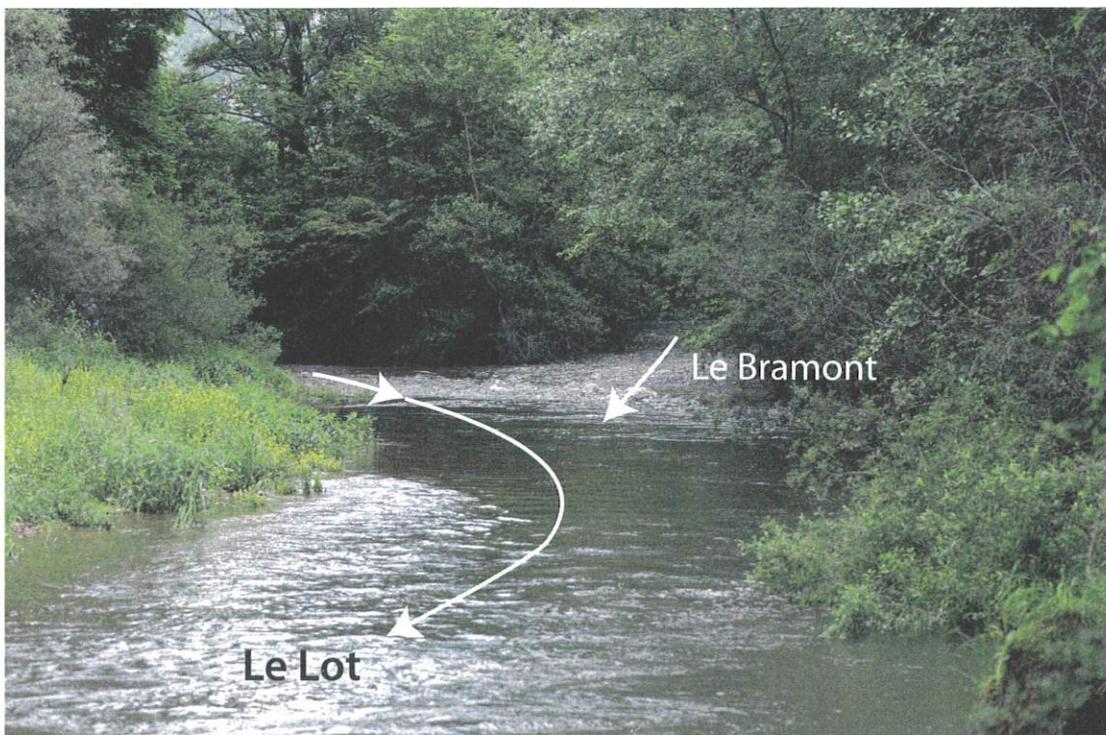
Il n'est pas certain que beaucoup en sache plus sur le cours lui-même. Le Bramont parcourt en effet tout cet espace encapuchonné d'un dense ruban de végétation qui le dérobe aux yeux du promeneur. S'il n'y avait les ponts et les deux gués, le cours d'eau serait à peine visible.

Il est pourtant de plus en plus important, grossi du Lançon et du ruisseau de Valoubière sur sa rive gauche et, plus bas, de la Nize¹ sur sa rive droite.

Son cours ne passe près d'aucun bâtiment d'importance, les villages ne sont pas sur ses rives, C'est un inconnu qui serpente sans se montrer. Il y a bien des moulins et des restes de moulins, mais pas plus. Les hameaux et villages les plus proches sont le Clusel, Pruneyrolles et Chalhac, proches, mais pas au bord.

Au confluent, on le dirait presque aussi gros que le Lot.

¹ Mais la Nize n'a-t-elle pas pour partie des eaux du Bramont ? Il nous faudra y revenir.



ANIMATION EN MARS

Date	Heure	Animation	Lieu	Contact
01, 08, 15, 22 et 29/03	19 h 30	DANSE ROCK	Salle des fêtes de Langlade-Brenoux	FR Langlade-Brenoux 06 78 29 98 05
03/03	À partir de 8 h 30	TRAIL DE BASSY : voir en page 1.	Saint-Étienne-du-Valdonnez	Foyer rural Le Bramont 07 70 72 81 68
05/03	13 h 30	CLUB DES 3 VALLÉES : concours de belote réservé aux adhérents, voir en page 1.	Salle des aînés Chastel-Nouvel	Gisèle Salvan 04 66 47 09 95
06 et 20/03		SPORTS INNOVANTS		
06, 13, 20 et 27/03	07 h 30 à 18 h	ALSH	Salle des fêtes de Langlade-Brenoux	FR Langlade-Brenoux 06 78 29 98 05
09/03	16 h	CARNAVAL DE L'APE DE SAINT-ÉTIENNE-DU-VALDONNEZ : voir en page 1.	École Saint-Étienne-du-Valdonnez	
10/03	14 h	CLUB DES 3 VALLÉES : loto sans ordinateur.	Salle des fêtes Saint-Étienne-du-Valdonnez	Monique Sévène 06 88 89 51 43 Annie Gallopain 06 83 29 83 50
12 et 26/03	20 h 30 - 22 h	DANSES TRADITIONNELLES : voir en page 1.		FR Langlade-Brenoux 06 78 29 98 05
15/03	20 h 30	CONCOURS DE BELOTE DES SAPEURS POMPIERS : voir en page 1.		Amicale des pompiers
17/03	12 h	CLUB DES 3 VALLÉES : choucroute réservée aux adhérents.	Salle des fêtes de Langlade-Brenoux	Maryse Maurin 04 66 48 05 39 Annie Gallopain 06 83 29 83 50
19/03	10 h - 11 h	CONTELICOT : atelier de lecture pour les petits de 0 à 3 ans.		Isabelle Mercier 06 87 37 52 64
24/03	12 h	REPAS DES AÎNÉS : voir en page 1.		Mairie de Brenoux 04 66 48 06 34
30/03	20 h 30	NUIT DU LOTO : organisée par le foyer rural le Bramont.	Salle Georges Frêche à Mende	06 75 65 92 91



(suite de la page 1)

de seigle teintée, ce qui donne un résultat très agréable. (voir photo en page 1). Cette année, Marie a commencé à initier quelques amateurs au cannage. C'est un travail très minutieux, réalisé à partir de canne de rotin, qui est l'écorce du rotin, et qui vient d'une liane, ce qui explique que les brins soient assez longs. C'est un lien plat, de 2 à 2,4 mm de large que l'on tisse patiemment pour obtenir le cannage, horizontalement, puis en diagonale (photo des rangs horizontaux et verticaux au milieu en page 1).

Avant Noël, Jeanne a également proposé toutes sortes de petits objets décoratifs en osier, et autres matériaux, (voir photo en page 1) très rapides à faire et très originaux.

Si vous aussi avez envie de découvrir et de vous initier à ces activités, la prochaine saison de vannerie débutera en novembre 2024. En attendant, vous avez jusqu'au 15 mars pour passer le lundi soir à la salle des fêtes et vous faire une idée. N'hésitez pas, c'est un moment de partage très convivial, l'atelier se passe dans la bonne humeur, et nous accueillerons les nouveaux participants avec grand plaisir.

Christine Ledeur

Aïe, aïe, aïe, il y aurait comme un problème !

