





BOUCHERIE CHARCUTERIE TRAITEUR





Des viandes sélectionnées chez de petits producteurs de la région, une charcuterie appétissante fabriquée maison et des recettes de traiteur d'inspiration régionale. C'est la formule gagnante et authentique de la Maison Ginisty. Installée à Sébazac, cette boucherie-charcuterie œuvre, depuis 1993, au plus près de la **tradition** et de convictions ancrées dans le **terroir**. Un intérêt pour les choses de goût et les viandes de qualité, que Françoise et Alain Ginisty ont su transmettre à leur fils Benoît.

À la tête de l'entreprise familiale depuis un an, le jeune homme, 2^e Meilleur apprenti de France en 2008, 6^e d'un concours international de jeunes boucher en 2012, gère la Maison Ginisty avec la même rigueur et surtout, la même **passion**. Et s'il a propulsé cette boucherie-charcuterie sur Internet, avec une boutique en ligne et une présence appréciée sur les réseaux sociaux, Benoît Ginisty reste imprégné de ce **geste artisanal**.

Ce sont ainsi les mêmes produits et les mêmes **recettes familiales** qui sont commercialisées chaque jour au magasin de Sébazac, les samedis matins à Saint-Geniez-d'Olt ou sur les marchés des Aveyronnais à Paris ou Toulouse. De la même façon, la fameuse saucisse des cousins -une saucisse fraîche ou sèche fabriquée dans

les règles de l'art, les **charcuteries maison** -saucisse sèche, filet mignon séché, pâté de tête, fricandeaux, sans oublier les farçous de la mémé, continuent d'incarner le savoir-faire d'une entreprise attachée à la **qualité**, à la **proximité** et au **service**. « Nous ne serions pas de vrais artisans si nous ne dispensions pas quelques conseils à nos clients, pour qu'ils puissent se régaler une fois rentrés chez eux ».

De petites attentions d'autant plus importantes en cette fin d'année où la Maison Ginisty déroule sa nouvelle carte traiteur pour les fêtes. Tout y est : plateaux apéritifs, entrées froides ou chaudes, viandes et accompagnements, fromages, vin, pour se mettre en cuisine ou à table, avec les saveurs vraies d'escargots de Bourgogne, pâté en croûte au foie gras, gibiers, ou volailles farcies et rôties par exemple.

Boutique en ligne:

www.boucherie-maison-ginisty.fr



Tous les produits de la maison (viandes, charcuteries, conserves, plats cuisinés, produits) régionaux disponibles partout en France et toute l'année.



----- Boucherie Maison Ginisty



Sommaire



La cité digitale et conviviale Coworking à la campagne



Mécanic Vallée
Un réseau industriel
en zone rurale

13

RODEZ

Ski d'Oc Tout schuss sur le Web

LANUÉJOULS Well-Edis Le bien-être en flacon



LAGUIOLE

du plateau

Com' en Aubrac

La com pour les PME



Hous talet Un concept-store inspiré

CALMONT Boulette et Gros Lapin Des petits pots bios pour les bébés



BALAGUIER-SUR-RANCE
La Boît'Apéro
La convivialité
livrée à domicile





Devenir producteur de musique actuelle en Aveyron. Créer un tiers-lieu en zone rurale. Vendre des skis toute l'année et partout dans le monde. Entretenir un eldorado industriel loin des grandes agglomérations.

Remettre dans l'emploi ceux qui en sont le plus éloignés. Faire de la com' sur le plateau de l'Aubrac. Se réapproprier l'outil agricole et initier les tout-petits au bien-manger.

Développer une start-up depuis la pleine campagne. Révéler les talents locaux du design.

Chez Echo'Aveyron, nous croyons en l'humain et nous croyons que les rêves sont faits pour être réalisés. Cette philosophie nous pousse vers l'avant. Elle nous pousse à aller vers les autres. Vers ces gens pleins de détermination et de soleil. Vers des personnes, aux convictions et aux sourires contagieux, qui nous ancrent définitivement dans ce territoire.

Tournez les pages et découvrez à votre tour leurs histoires. Laissez-vous happer par leurs yeux qui pétillent; et rattraper, par leur belle énergie.

La rédaction

Retrouvez tous les sujets de ce numéro sur notre site : www.echoaveyron.com

Écoutez ECHO' Aveyron sur le 107.9 Retrouvez le podcast

sur cfmradio.fr et Facebook



ECHO' Aveyron - Magazine Gratuit Économique Bimestriel réalisé par l'agence EC'Laure - Directrice de publication : Solange PEREZ - Rédacteur en chef : Mélisa GUENDOUZI.

A collaboré à ce numéro : Agnès D'ARMAGNAC. Site internet : Linov - Photos : Franck TOURNERET, Frédéric GARRIGUES, Laure COLIN, Agnès D'ARMAGNAC. Photo de une :

Frédéric GARRIGUES. Rédaction : echo.aveyron@gmail.com - Régie publicitaire et rédaction : EC'Laure 05 65 78 43 86 Responsable commerciale : Laure COLIN 07 70 27 65 57
Conception et réalisation : Suzanne LEROUX et Marie So' Graphic. Impression : Façon France - Tirage : 10 000 exemplaires

Aurèle Kolingba Sculpteur de sons

DJ, « beatmaker » et producteur, Aurèle Kolingba, alias 4Real, ambiance les soirées aveyronnaises et révèle les jeunes artistes du département.



Aurèle Kolingba, alias 4Real, propose aussi des prestations professionnelles dans la sonorisation et l'éclairage de vos événements, mariage notamment.

Son travail n'a rien du bricolage. Aurèle Kolingba est pourtant un artisan. Fabricant de sons et faiseur d'artistes.

À 36 ans, ce Luco-Primaubois dompte les notes et les rythmes comme un façonnier manie ses outils. Il balade ses mains sur de nombreux instruments -guitare et clavier entre autres, de multiples appareils -égaliseur, compresseur... Et met de la passion dans tout ce qu'il entreprend. DJ dans les bars et les événements aveyronnais, Aurèle Kolingba, alias 4Real, est aussi « beatmaker » et producteur.

Le musicien écrit et compose ses propres morceaux ; en même temps qu'il chaperonne et propulse les jeunes talents du département. Originaire de Montpellier, il a déjà mixé au Zénith à Paris, mais c'est à New York, où il est parti en 2008 « avec un baluchon », qu'il a appris « l'essence du métier ». « J'ai commencé dans le hip-hop », explique-t-il, « avant de m'ouvrir à tous les styles musicaux dans la tendance actuelle. Et je reste fortement inspiré par Kanye West ».

Désormais installé sur le Ruthénois, il partage ces influences et cette expérience depuis le studio aménagé à son domicile. Son premier titre « Un nouveau monde », dont le clip a été tourné à Pont-de-Salars, est sorti au mois de janvier de cette année. Début novembre, c'est sur la scène du Club à Rodez qu'on le retrouvait aux côtés d'Adjam, un jeune artiste qu'il accompagne vers la lumière. « Je lui apporte ce qu'il lui manque au niveau technique, mais Adjam a déjà une qualité artistique. Il est ouvert d'esprit et très professionnel. Il a la volonté de réussir ».

Cette ambition, mâtinée de générosité, c'est aussi ce qui caractérise Aurèle Kolingba. Le DJ, compositeur et producteur rêve de grandes soirées populaires aux manettes de sa table de mixage; et d'un festival de musiques urbaines -« à Pont-de-Salars, où le cadre s'y prête bien »- pour les prochaines années.



Texte: Mélisa Guendouzi Photos: Franck Tourneret

www.beatsby4real.com Facebook : 4real

Form 'Action EXPERT EN FORMATION

Devenez Technico-Commercial avec Form'Action

Artisan de la formation pour adultes à Rodez, Form'Action a développé une véritable expertise pour permettre à l'individu de progresser et d'évoluer à son poste de travail. En partenariat avec l'Agefos PME Occitanie et les Fonds européens, l'organisme prépare des demandeurs d'emploi au métier de Technico-Commercial.

15 places pour les demandeurs d'emploi

Form'Action organise jusqu'à la fin de ce mois de décembre une formation pour les demandeurs d'emploi. C'est la quatrième année consécutive que l'organisme ruthénois est choisi, dans le cadre d'un appel à projet de l'Agefos PME, pour accompagner ces personnes vers le métier de Technico-Commercial. Preuve du savoir-faire de l'entreprise dans l'organisation de programmes qualifiants, mais aussi de sa perspicacité à détecter les meilleurs profils. Chaque année, en partenariat avec le Pôle Emploi, Cap Emploi et la Mission locale, Marie-Line Périault et son équipe sélectionnent une quinzaine de « stagiaires ». La professionnelle tient compte principalement de la motivation des personnes, de leur volonté de se réinsérer sur le marché du travail, et surtout, de leur potentiel à faire du commerce. « À nous ensuite de leur apporter les compétences nécessaires ».

Une formation courte et qualifiante

Organisée du 1er octobre au 29 décembre, cette formation, courte mais qualifiante, compte deux mois de cours à temps plein et trois semaines de stage. Elle se décline en deux modules. Le premier, à base de marketing, gestion commerciale, technique de vente et droit, vise à transformer les stagiaires en véritables vendeurs. Le second se concentre sur la recherche d'emploi.





Un programme qui a fait ses preuves

Quand l'Agefos PME exigent 70% de taux de placement à 6 mois, Form'Action atteint entre 75 et 85% de taux de placement. « Le besoin en Technico-Commercial -que ce soit en commercial itinérant, vendeur sédentaire ou assistant commercial- existe sur notre territoire », explique Marie-Line Périault. Mais l'organisme ruthénois a surtout mis en place un outil de recrutement efficace pour ses stagiaires. Elle organise une soirée Job Dating, où chacun dispose de 5 minutes pour se présenter et mettre en avant son profil devant de potentiels employeurs. L'an dernier, un tiers des stagiaires ont ainsi trouvé un poste de cette manière. Pour les autres, c'est un moyen -et une chance- de se constituer un réseau professionnel.

Form'Action

103, rue du Dr Théodore Mathieu Parc d'activité La Gineste 12000 Rodez - Tél. 05 65 68 09 41 contact@form-action.fr /www.form-action.fr



Un tiers-lieu connecté en zone rurale



Vincent Benoit co-anime le projet de zone artisanale numérique à Arvieu.

La communauté de communes Pareloup-Lévézou, la municipalité d'Arvieu et l'entreprise Laëtis imaginent ensemble les espaces de travail de demain.

Les idées poussent ici mieux qu'ailleurs. Et les forces vives y sont plus promptes à s'investir. Certainement favorisé par un microcosme à la croisée de deux territoires -le Lévézou et le Ségala- et de deux mondes -le numérique et la ruralité, Arvieu défriche tous les horizons : cadre de vie, habitat, commerces, services, culture, emploi... Avec le projet Arvieu 2020, la commune et ses habitants ont mis en place un plan d'action participatif pour « construire le village de demain », ainsi qu'un « art de vivre et de travailler à la fois convivial et villageois ». Le projet économique passe par une zone d'activité numérique ; un espace de travail polyvalent : pépinière d'entreprises, coworking, télétravail, résidence d'artiste, accueil de séminaire/workshop, salle de spectacle et de conférences... Le tout en interaction avec la vie de la cité. Une combinaison entre terreau entrepreneurial, vivier d'activités culturelles et dynamique locale, déjà à l'essai

depuis plusieurs mois au cœur du village. Le Couvent, berceau historique de l'agence Web Laëtis depuis 1998, abrite déjà une communauté d'une vingtaine de résidents coworkers: les salariés de l'entreprise coopérative; mais aussi ceux de l'association Les Loco-Motivés et une télétravailleuse du Smica un jour par semaine. Depuis les États-Unis, la Norvège ou l'Allemagne, d'autres Aveyronnais les rejoignent parfois pour travailler un jour, une semaine ou plus, en bénéficiant d'une plateforme technique Web et de bureaux connectés. En 2018, le Couvent et la salle de spectacle fermeront leurs portes pour quelques mois de travaux. La réouverture, programmée en 2019, prévoit des « espaces de travail plastiques, modulables, ultra-performants et peu coûteux pour les coworkers permanents ou temporaires », explique Vincent Benoit, gérant de Laëtis, conseiller

municipal et co-animateur du projet. Mais aussi des services pour accompagner ces porteurs d'avenir pour le village : recherche de logements, vie de famille, emploi du conjoint... « Les coworkers potentiels peuvent d'ores et déjà se rapprocher de la municipalité ou de Laëtis et participer, avec nous, à concevoir, co-créer ces bureaux de demain ».

la salle de conférences et commerces à 2mn à pied médiathèque et cyber-base MSAP

le coin barbecue ici les bureaux

Arvieu 2020:

le village participatif de demain

Lac de Pareloup, baignade à 5 mn

espace de coworking école, restos et commerces à 2mn à pied médiathèque et cyber-base MSAP

le coin cuisine convivial

le pale culturel et son coin enfants

Texte: Mélisa Guendouzi Photos: Franck Tourneret

smartvillages@laetis.fr

Ski d'Oc À toute vitesse sur les pistes

Dans son vaste atelier d'Onet-le-Château, saturé d'étagères du sol au plafond, Ski d'Oc remet à neuf skis et snowboards, pour les revendre dans le monde entier.



Jean-Paul Fouet (à droite) et Jean-Baptiste, qui accompagne le développement de l'activité, vous accueillent dans le show-room de l'entreprise.

comme sur la Toile



C'est un amoureux de la montagne ; un de ceux qui dévalent les pistes à la moindre occasion. Un skieur chevronné, qui depuis 2005, s'essaie à une autre forme de glisse avec la même réussite. Grâce à Ski d'Oc, son entreprise de vente en ligne de matériel de ski d'occasion, Jean-Paul Fouet surfe en effet sur les sommets de la Toile. Après des débuts sur Ebay, un site de vente aux enchères, le chef d'entreprise castonétois a créé sa propre boutique en ligne en 2011. Pionnier -et aujourd'hui locomotive- du e-commerce en Aveyron, Ski d'Oc expédie ses skis, snowboards, chaussures d'occasion en France et dans le monde entier : États-Unis, Australie, Canada et même Chili... « Avec les commandes de l'hémisphère sud, on vend des skis toute l'année! ».

La passion de Jean-Paul Fouet pour l'univers de la neige, son plaisir à travailler « dans un milieu relativement sympa », ne sont pas les seuls artisans de ce succès commercial. En dix ans et un peu plus, Ski d'Oc s'est étoffée : 450 m2 de locaux à Onetle-Château pour stocker le matériel ; un show-room sur place pour recevoir les clients, entretenir les liens de proximité, la disponibilité... Et depuis le printemps 2016, un nouvel atelier. Les skis d'occasion -mais récents !- récupérés chez de grands noms, comme Rossignol, bénéficient des meilleurs soins. « La semelle est entièrement refaite. Ils sont comme neufs », explique Jean-Paul Fouet, « Quand les prix sont bien plus attractifs qu'en magasin classique ! ».

Texte: Mélisa Guendouzi
Photos: Franck Tourneret







Ski d'Oc

Rue de la Vieille Gare 12850 Onet-le-Château Tél. 05 65 70 16 77 www.skidoccasion.com



Installée sur la zone artisanale de Bel-Air, Avevron Isolation est le partenaire de vos travaux d'isolation.







Régis Cayla

Jordan Cayla

Félicien Plégat



Spécialisée dans les travaux d'isolation du bâtiment, Aveyron Isolation intervient sur les combles perdus, les rampants de toiture, les murs intérieurs, entre planchers et sur les planchers bas. Un simulateur de devis en ligne (www.aveyron-isolation.fr) permet d'estimer en quelques clics le coût de leurs travaux.

Créée par la famille Cayla, Régis et Sylvie ainsi que leur fils Jordan, Aveyron Isolation est d'abord une entreprise familiale. La société, qui a connu une forte croissance cette année, continue en effet d'imposer sa marque et ses engagements : celle d'une société à taille humaine, capable d'apporter des réponses sur-mesure à ses clients. L'agence de Rodez est composée d'une quinzaine de salariés dont 8 applicateurs qui interviennent dans 4 départements dont l'Aveyron (12), le Tarn (81), le Cantal (15) ainsi que la Lozère (48). Depuis le début de l'année, l'entreprise a réalisé plus d'un millier de chantiers d'isolation.

L'engagement du chef d'entreprise Chef de l'entreprise Avevron Isolation, Régis Cayla

est titulaire de la certification RGE. Il est le premier interlocuteur des clients et assure lui-même, et systématiquement, les visites techniques à domicile, avant le démarrage du chantier. Un contact indispensable selon lui, qui permet de conseiller les clients sur les solutions adaptées à l'isolation de leur logement, mais aussi les subventions auxquelles ils peuvent prétendre. Une dernière mission qui s'opère en partenariat avec le pôle Solidarité Énergétique.

La garantie du chef des équipes de

Grâce à ses labels et certifications -RGE, Effinergie et Qualibat- Aveyron Isolation est certainement l'entreprise d'isolation la plus qualifiée du département. Des mentions qui l'obligent à se montrer à la hauteur en toute circonstance. Chef de chantier, Félicien Plégat est ainsi le garant de l'expertise et du professionnalisme de la société, ainsi que de ses résultats. Il s'assure aussi que les clients soient « bien entourés » tout au long des travaux.

L'expérience des équipes de pose

Aveyron Isolation compte quatre équipes de poseurs. Un personnel qualifié et expérimenté, qui travaille en binôme pour un déroulement optimal des chantiers.





www.aveyron-isolation.fr

Tél: 05 81 18 28 92 **🚱**







Z.A. Bel Air - 329 rue de la Ferronnerie - 12000 RODEZ Mail: contact@aveyron-isolation.fr



Quand les industriels chassent en meute Le 21 septembre dernier, les 19° Rencontres de la Mecanic Vallée se sont tenues à Decazeville. Zoom sur ce cluster d'industriels avec son délégué Hervé Danton.



Hervé Danton est le délégué de la Mécanic Vallée, un cluster d'industries qui entretient une dynamique économique en Aveyron et au-delà

Dix-neuf ans après sa création, quel est le poids de la Mecanic Vallée?

Présidée par Jean-François Chanut, président de Ratier Figeac, la Mecanic Vallée est une association qui réunit 195 membres, soit 155 entreprises et 40 organismes (lycées professionnels, CCI, agences régionales...) sur l'Aveyron, le Lot, la Corrèze, la Haute-Vienne et la Dordogne. En terme de bassins d'emplois, Figeac et Rodez tiennent le haut du pavé. En Aveyron, le cluster réunit une quarantaine d'entreprises, de grands noms comme Bosch, Lisi Aerospace (Blanc Aero), le groupe Fives, et de nombreuses PME et TPE.

Que recherchent les entreprises industrielles ?

Les membres ont un objectif clairement business: faire des affaires entre entreprises, aller ensemble à des salons industriels, chasser en meute. Il s'agit aussi de mutualiser les moyens, pour recruter (les membres ont accès à une vaste CVthèque), échanger des bonnes pratiques, co-développer de nouvelles solutions technologiques, à l'instar de la PME decazevilloise STS qui s'est rapprochée d'un concurrent pour automatiser des machines. C'était inenvisageable il y a 20 ans! Aujourd'hui, après une longue période où les membres ont fait connaissance, la Mecanic Vallée atteint une nouvelle phase qui fait la part belle aux alliances.

Les 19^e Rencontres de la Mecanic Vallée le 21 septembre ont-elles été un succès ?

Ce rendez-vous annuel d'affaires a réuni 180 exposants à Decazeville. Nous avons organisé 1300 rendez-vous d'affaires : un record ! Aujourd'hui plus que jamais, l'union fait la force : les industriels doivent maintenir leurs avances technologiques et être toujours plus excellents. Car leurs concurrents ne se situent pas dans ces régions de France mais en Turquie, au Maghreb et au-delà !

ASSAD Assistance Informatique





« La solution immédiate à tous vos petits problèmes informatiques »

Assistance Informatique

CONSEIL

- Possibilité d'évolution de votre installation
- Achat de matériel informatique, de logiciels...

INSTALLATION ET CONFIGURATION

- Matériel informatique
- Internet, ADSL
- Multimédia
- Imprimante et périphériques...

FORMATION

- Prise en main de votre équipement
- Apprentissage d'internet
- Utilisation de votre messagerie
- Usage de logiciels personnels...

ASSISTANCE ET DEPANNAGE

- Logiciels
- Connexion Internet
- Périphériques
- Disques-dur
- Mémoire et alimentation
- Suppression de virus...

S ecteur d'intervention

Tout le département de l'Aveyron

Profitez des avantages de l'ASSAD, quels que soient votre mutuelle, votre situation, votre âge.

- ✓ Un interlocuteur privilégié près de chez vous.
- ✓ Une évaluation personnalisée de vos besoins.
- ✓ Pas de frais de dossier.
- ✓ Pas d'adhésion.
- ✓ Devis gratuit.
- ✓ Avantages fiscaux (Selon la loi des finances, possibilité de bénéficier d'une réduction ou d'un crédit d'impôt).

ASSAD Rodez

10, boulevard Laromiguière 12000 Rodez

Tél. 05 65 68 33 66

Fax: 05 65 68 15 32 Site internet: assad12.com Mail: assad12@wanadoo.fr

Horaires d'ouverture : Du lundi au vendredi 8h/12h - 14h/17h

ASSAD Espalion

16, avenue de Saint Pierre 12500 Espalion

Tél. 05 65 44 08 79

Fax 05 65 44 47 71 Site internet : assad12.com

Mail: espalion.assad12@orange.fr

Horaires d'ouverture :

Lundi, mardi, jeudi et vendredi: 8h15/12h - 13h/17h

Mercredi : 8h15/12h - 14h30/17h Accueil téléphonique 24h/24



Campus des métiers : une alliance entre formation, industrie et recherche

« Il y a 15 ans, nos industriels refusaient des contrats car ils manquaient de personnel, se souvient Hervé Danton. Nos formations industrielles étaient remplies à moins de 50 %. Avec ses partenaires, la Mecanic Vallée a réalisé de nombreuses opérations sur le terrain pour changer l'image de l'industrie. Depuis cinq ans environ, ce travail porte ses fruits, en Aveyron, à Figeac et plus récemment en Corrèze. »

Le 21 septembre, à l'occasion des Rencontres de la Mecanic Vallée, a été créé le Campus des Métiers et des Qualifications de l'industrie du Futur : une manière de formaliser cette collaboration déjà existante entre industrie, formation et recherche. Labellisé par le ministère de l'Education nationale en lien avec la Région Occitanie, ce Campus des Métiers réunit des acteurs de l'Aveyron et du Lot surtout, avec une extension possible sur les autres territoires de la Mecanic Vallée.

Plusieurs axes de travail viennent d'être lancés, comme le souligne Davy Lagrange, co-directeur du Campus issu de l'Education nationale et basé au lycée polyvalent de Decazeville (l'autre directeur étant Bernard Dalmon, patron du bureau d'études Defi 12):

« Avoir une adéquation entre les formations et les compétences attendues par les entreprises, notamment sur les emplois de demain avec l'industrie 4.0; travailler l'attractivité de la filière industrielle, notamment vers les filles; mieux accueillir les apprenants sur nos territoires (hébergements, vie étudiante).»

De beaux défis à relever par ce nouveau réseau, sorte de « point d'entrée pour l'apprenant et l'entreprise », soutenu par un comité de pilotage, un comité d'orientation stratégique et une association présidée par le chef d'établissement du lycée de Decazeville. « Pour nous, la finalité est l'insertion professionnelle, bien former nos jeunes, les attirer, et au final développer le secteur de la mécanique industrielle en élevant le niveau de compétences technologiques », conclut Davy Lagrange.

Texte et photos : Agnès d'Armagnac CAMPUS DES MÉTIERS ET DES Occitan Mecanic Vallée 31 rue des Tuileries, 12110 Viviez Tél. 05 65 43 95 50 www.mecanicvallee.com Davy Lagrange codirige le Campus des métiers, qui compte parmi ses partenaires la Région Campus des Métiers et des Qualifications Occitanie, la Mécanic Vallée, de l'industrie du Futur l'Académie nationale, l'UIMM et campusmétiers.secretariat@gmail.com l'Université fédérale.



DALI OPTICON 6

L'enceinte DALI OPTICON 6 va vous surprendre: un mètre de haut et des basses qui feront trembler vos murs. Mais ne vous y trompez pas, cette remarquable enceinte est aussi capable de restituer la musique avec une grande subtilité et un équilibre remarquable.

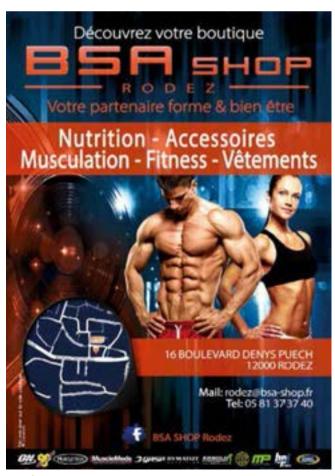


Venez la découvrir dans notre showroom

Nos tarifs et plus d'informations sur notre site <u>e-d-s.fr</u>



EDS Electronique 87 Avenue de la Gineste - Parc d'activités de la Gineste - 12000 RODEZ Tél. 05.65.68.38.29









Recyclerie du Rouergue Retrouver le savoir-être lié au travail

Enlèvement d'encombrants, réparation, vente, fabrication... 14 personnes sont en insertion à la Recyclerie du Rouergue à Villefranche-de-Rouergue.

« Nous venons de signer

une convention avec

Ecologic pour lui fournir

de l'électronique, ainsi

qu'avec RecycLivre à

qui nous envoyons nos

livres.»

« Notre métier, c'est l'insertion ! Cette recyclerie en est le support économique. Voilà un secteur où les mises en situations sont extrêmement variées : rencontres de clients, tri, réparation,

gestion des stocks, accueil public, vente... » Autant d'atouts pour les 14 salariés en insertion qui travaillent aujourd'hui dans la Recyclerie du Rouergue, explique président Philippe Rouquier, directeur d'une autre structure d'insertion par l'activité économique à Villefranche-de-Rouergue, Inter'Emploi.

« Nous fabriquons même des meubles en palette. Nous avons un catalogue et les gens nous passent des commandes, comme ce caviste qui a voulu agencer son magasin! »

L'activité a démarré en 2006, suite à la volonté du sous-préfet de Villefranche de créer une structure d'insertion pour les femmes en chômage longue durée surtout. Aujourd'hui, quatre salariés permanents accompagnent les hommes et

les femmes en insertion qui « apprennent ou réapprennent le travail : la rigueur, la ponctualité, la socialisation, les objectifs à tenir... ». Bref, tout le savoir-être lié au travail, pendant six mois à

deux ans, avant d'intégrer une entreprise d'insertion. En plein essor, la Recyclerie du Rouergue conclut une année 2017 riche en actualités. « Le Conseil départemental nous a offert 400 ordinateurs, que nous reconditionnons et revendons, se réjouit Philippe Rouquier. Nous venons de signer une convention avec

Ecologic pour lui fournir de l'électronique, ainsi qu'avec RecycLivre à qui nous envoyons nos livres. » L'avenir, la Recyclerie le fait rimer avec synergies : un pôle d'inclusion sociale a été créé à Villefranche, avec Inter'Emploi et l'entreprise d'insertion VIIF 12. Objectif : fédérer les forces pour proposer un guichet unique et encore mieux accompagner les demandeurs d'emploi.

Texte: Agnès d'Armagnac Photos: Frédéric Garrigues

Recyclerie du Rouergue

Rue Gabriel Soulié
12200 Villefranche-de-Rouergue
Tél. 05 65 45 54 39
www.recycleriedurouergue.com

La Recyclerie du Rouergue ouvre les portes de nombreux métiers aux personnes en insertion professionnelle.



Après plusieurs mois de travaux, le site Braley d'Onet-le-Château a dévoilé ses nouveaux équipements au début du mois d'octobre dernier. La déchetterie professionnelle y côtoie désormais un show-room de plus de 200 m², qui consolide les liens entre l'entreprise et ses clients.



En restructurant son site historique d'Onet-le-Château, l'entreprise Braley s'est offert cette année une vitrine à son image: professionnelle et authentique!

Inaugurées au début du mois d'octobre dernier, ces nouvelles installations se déclinent en trois activités : la déchetterie professionnelle, la station provisoire hydrogène et un show-room de 200 m². C'est dans ce dernier espace, où se mêlent le métal, le bois et la pierre, que se concentrent les transformations. Ludivine Braley, cogérante de l'entreprise, a imaginé un lieu de passage et de rencontre pour les particuliers. Dans ce vaste magasin à la déco industrielle, l'entreprise commercialise ainsi trois univers. Un coin est consacré à l'ameublement de jardin, avec du mobilier, des claustras, des jardinières, ainsi qu'un concept inédit en Aveyron de planchas et braseros design.

On tr<mark>ouve également t</mark>oute une partie dédiée au chauffage: bois, plaquettes forestières, granulés... Très attachée au territoire et à son identité aveyronnaise, l'entreprise innove, en mettant à l'honneur les créateurs et artisans du département dans un rayon déco.

Braley continue aussi à mettre l'accent sur le service apporté au client. « Nous ne sommes pas une grande surface », rappelle Ludivine Braley. Et c'est dans cette optique qu'au mois de janvier prochain, le siège de l'entreprise, actuellement à Bezonnes, déménagera sur le site d'Onet-le-Château. « Un nouveau départ qui nous rapproche de nos clients avec davantage de visibilité et d'accessibilité ».







Lieu d'accueil et de proximité en Carladez, Trait d'Union porte de nombreuses autres casquettes : Point relais emploi formation ; antenne du Greta ; antenne de l'association intermédiaire Adel, point accès Internet.









En plus des salariés en insertion, Marielle Rigal, la directrice de la structure, travaille aux côtés d'une conseillère en insertion professionnelle, d'une secrétaire-comptable et de trois encadrants techniques. « Nous sommes une petite entreprise à taille humaine, mais une belle structure pour le territoire ».

Trait d'Union Tisserand de liens sociaux et professionnels

À Mur-de-Barrez, Trait d'Union porte un atelier de blanchisserie et un chantier de restauration du patrimoine, pour permettre à des personnes éloignées du monde du travail de reprendre pied.

C'est une parenthèse qui peut durer jusqu'à deux années. Une porte grande ouverte sur le monde du travail et ses codes. Un Trait d'Union, comme l'indique le nom de la structure, entre les personnes touchées par le chômage de longue durée et les employeurs du territoire. Chaque année, une petite vingtaine de demandeurs d'emploi bénéficie de l'accompagnement de Trait d'Union. À Mur-de-Barrez où elle a été créée en 2006, l'association a mis en place un atelier, ainsi qu'un chantier d'insertion. Elle emploie huit personnes -des femmes exclusivement- à la blanchisserie du village ; et six autres, en restauration du patrimoine. Inscrits au Pôle Emploi depuis plus de douze mois ou bénéficiaires du RSA, ces salariés sont uniquement sélectionnés sur leurs motivations.

Texte: Mélisa Guendouzi
Photos: Laure Colin et Trait d'Union

À travers des tâches diverses, maçonnerie, débroussaillage, menuiserie simple, valorisation du patrimoine bâti, ou des activités de lavage, séchage ou repassage du linge, ils vont alors « reprendre contact avec le travail. Acquérir des compétences certes, mais aussi un savoir-être : ponctualité, assiduité, implication... En lien avec une conseillère en insertion professionnelle qui fait le point tous les quinze jours sur leurs souhaits, leurs envies, leurs besoins de formation éventuellement... », explique Marielle Rigal, la directrice. Avec l'ambition, au terme de leur contrat à durée déterminée d'insertion -6 mois, renouvelable dans la limite de deux ansde rebondir sur un emploi local et durable.

Trait d'Union

Maison des services 3 bis rue du Théron - 12600 Mur-de-Barrez Tél. 05 65 51 61 97 www.trait-dunion-carladez.com



Un territoire à forte valeur ajoutée pour les entreprises

Centre
universitaire, IUT,
lycées techniques,
plateformes
technologiques...
Ressources pour
les entreprises



Fonds d'intervention économique Équipements structurants Filières et savoir-faire Enseignement supérieur Ressources techniques Conseil des entrepreneurs

Pour toute information sur la création, l'accueil, le développement d'entreprises Direction du développement économique, enseignement supérieur, tourisme

05.65.73.83.09 contact-deveco@agglo-grandrodez.fr





Reprendre le chemin du travail

En pratiquant des tarifs accessibles, cette plateforme solidaire favorise la mobilité des Aveyronnais ; et facilite ainsi leur insertion sociale et professionnelle.



Les conseils ne reposent parfois que sur des gestes simples : utiliser les transports en commun ; apprendre à faire du covoiturage... « On fait de la dentelle en fonction des besoins des personnes, de leurs projets, mais aussi de leurs capacités », explique Armelle Molinier, coordinatrice de la plateforme de mobilité solidaire et départementale. Créée en août 2015, Mobil'Emploi est une première étape vers l'autonomie des Aveyronnais confrontés à des difficultés de déplacement, faute de véhicule ou d'accès aux réseaux de transport. « Dans notre département, à dominance rurale, le tissu économique est très dispersé. Et il peut être difficile de trouver un boulot sans permis ou sans voiture ».

Pour permettre à ces candidats à l'emploi de reprendre le chemin du travail, la structure a développé trois métiers. En plus du conseil à la mobilité « au sens le plus large possible », Mobil'Emploi propose la location de scooters, voitures et fourgons, à des prix très modérés. « Un tremplin pour accéder ou se maintenir à un poste, d'autant que nos conditions le rendent accessible au plus grand nombre, y compris aux jeunes conducteurs ».

Mobil'Emploi porte aussi une activité d'auto-école itinérante et dispense des cours de code et de conduite à Rodez, Decazeville ou Millau. « Mais ce pourrait être n'importe où ailleurs si la demande était significative », précise Armelle Molinier. Les tarifs différenciés et réduits sont une première porte d'entrée pour ceux qui connaissent des difficultés financières. Mais ce sont surtout la pédagogie et l'accompagnement mis en place par la structure qui assurent le succès de cette initiative. « Chez nous, le permis est considéré comme une vraie formation. L'accent est mis sur les éléments théoriques du code et l'apprentissage de la conduite peut se faire sur une voiture à boîte automatique, plus simple à appréhender. On donne ainsi à tous les movens de réussir et de retrouver une vie sociale et active ».

Texte : **Mélisa Guendouzi** *Photos* : **Franck Tourneret**

Molinier
coordonne
les missions
de la plateforme de mobilité
solidaire dans le
département.

Armelle

Mobil'Emploi www.mobilemploi12.fr Tél. 05 65 42 67 50



Ludivine Châtelain-Nouioua est la responsable commerciale et communication du ROC Avevron Handball. Elle met en avant l'image et les performances de son club, avec ses deux coprésidents, Olivier Ferrand et Jean-Louis Albouy, à travers des opérations de partenariat avec les entreprises du territoire.

En charge des événements liés à la vie du club-lancement et clôture des saisons notamment- et des relations avec les partenaires, Ludivine Châtelain-Nouioua est autant au service du ROC Avevron Handball aue des entreprises du territoire en quête de visibilité.

Depuis qu'elle occupe ce poste, la jeune femme a mis en place tout un panel de prestations destinées à promouvoir son sport, en même temps que la notoriété de ses mécènes ou sponsors : newsletters, réseaux sociaux, appli mobile, presse, matchs, événements, déjeuners networking...

«Soutenir le ROC, c'est communiquer autrement», explique Ludivine. Se montrer généreux en offrant l'entrée au public lors des matchs à domicile de l'équipe « fanion » - Masculin Nationale 2; étoffer son réseau de « hand'trepreneurs » à travers les déjeuners-conférences organisés tous les mois et demi ; présenter son entreprise et ses activités dans les supports du club ; bénéficier de « l'image clean et made in Aveyron » du ROC... « J'accompagne véritablement les partenaires dans une démarche de communication personnalisée », rappelle Ludivine.



D'ailleurs, le deal qui s'établit entre le club et ses sponsors va au-delà de la simple relation commerciale. « Nous avons de nombreux mécènes; des amoureux de sport ou passionnés de hand ».



ROC AVEYRON HANDBALL 53. ROUTE D'ESPALION 12850 ONET-LE-CHATEAU CONTACT: COM-ROC@OUTLOOK.COM WWW.ROCHANDBALL.FR



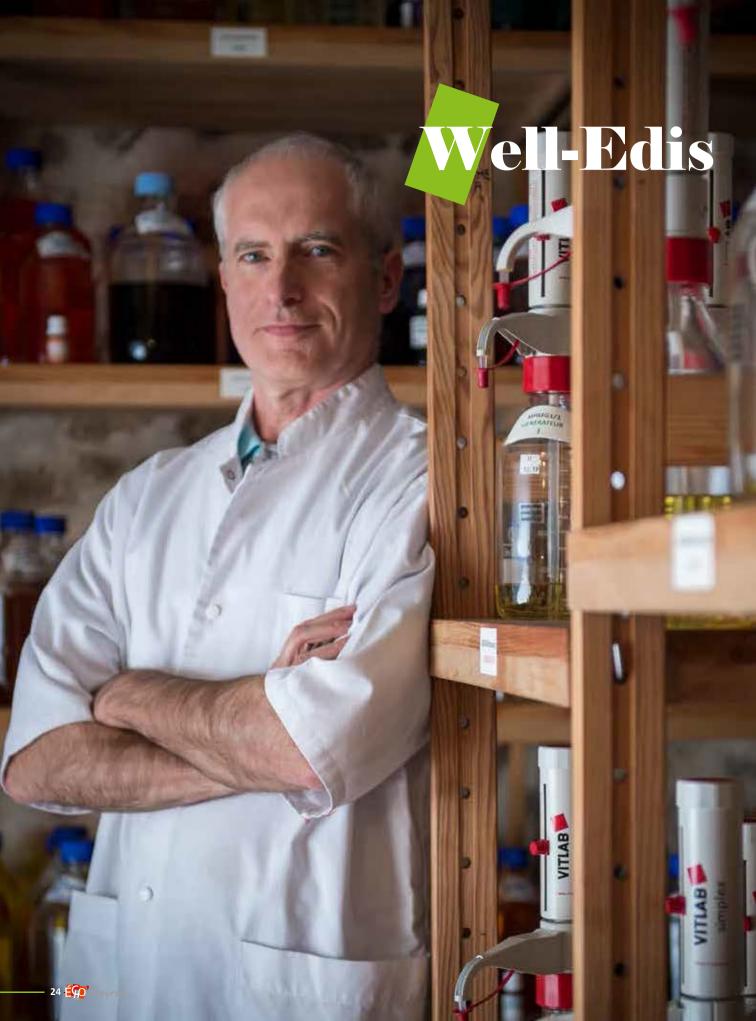
Installée dans les locaux de la Maison commune emploi formation, rue Béteille à Rodez, l'Adie met l'entreprenariat à portée de tous grâce au microcrédit.

C'est un sésame précieux. Un de ceux qui nourrissent les envies de réussite. Le microcrédit de l'Adie -Association pour le droit à l'initiative économique- possède en effet de nombreuses ressources. Ce prêt professionnel, délivré aux personnes qui n'ont pas accès au crédit bancaire, est un coup de pouce presque providentiel pour de nombreux créateurs d'entreprises. Il facilite le retour vers l'emploi de ceux qui s'en sont éloignés avec le temps. Et offre les moyens de démarrer ou de repartir du bon pied. « 75% des bénéficiaires de microcrédits en Aveyron ont connu une situation professionnelle précaire. Ce sont des personnes qui touchent les revenus sociaux -RSA, allocations chômage, allocations adulte handicapé...- ou des multi-actifs, qui cherchent un complément à quelques heures d'intérim par exemple », explique Ophélie Héliès, responsable bénévolat et développement à l'Adie Aveyron-Cantal-Lozère. « Ces gens-là créent leur entreprise pour créer leur propre emploi », reconstituer le lien social et la confiance en soi.

Leurs besoins sont souvent « tout petits » : 3 000 euros en moyenne, qui servent à financer un véhicule, le matériel ou le stock, l'entrée dans un local, un peu de trésorerie, le permis de conduire... « Tous ceux qui frappent à notre porte sont traités de la même manière », rappelle Ophélie Héliès, « que ce soit un bac +5 ou quelqu'un qui ne sait ni lire ni écrire, on répond en une semaine ». L'Adie tient compte des compétences de la personne, de sa connaissance du métier, du réalisme de son projet, ainsi que de son budget familial. « On accorde même des microcrédits aux gens fichés à la Banque de France ». L'association propose aussi un accompagnement, avant, pendant et après la création d'entreprise : « Gestion administrative, stratégie commerciale, hotline juridique... L'objectif est d'être autonome dans tous les aspects de l'entreprise ».

Texte: Mélisa Guendouzi
Photos: Franck Tourneret

Adie 41, rue Béteille - 12000 Rodez Tél. 09 69 32 81 10



Mariage fécond entre aromathérapie et médecine chinoise

A l'origine du laboratoire Well-Edis à Lanuéjouls, Didier Debar et Brigitte Couffignal sont aussi thérapeutes. Rencontre avec un couple de passionnés, qui ont dédié leur vie à cette quête du bien-être.

L'aromathérapie, nos deux Aveyronnais (nés à Aubin il y a un peu moins de 60 ans) en connaissent un rayon. Et pour cause : cela fait plus de 30 ans qu'ils y baignent. Tout a commencé par une expérience personnelle : Didier Debar, alors technicien électronique à Toulouse, tombe malade à 24 ans. On lui diagnostique – à tort - une hépatite virale. C'est un autre professionnel qui, en le faisant changer de régime alimentaire et en lui conseillant de prendre des huiles essentielles, l'amène sur la voie de la guérison. Conquis, Didier Debar et son épouse Brigitte Couffignal (alors analyse des ventes) quittent leur métier et rejoignent une équipe passionnée par ces huiles, créent la société Phytosun'Aroms qui sera vendue en 1998 à un groupe pharmaceutique.

Après un séjour de deux ans en Inde où le couple planche sur les huiles essentielles, retour à Toulouse en 2001 pour développer la société Well-Edis. En 2013, désireux d'un retour aux sources, ils s'installent à Lanuéjouls. « Dans ce laboratoire, je crée les formules d'huiles aromatiques, je les fabrique et vends ces gammes de produits à des clients – des thérapeutes - en France et un peu à l'international, avec le souci de ne pas piller les ressources en huiles essentielles, explique Didier Debar. En parallèle, nous formons ces thérapeutes sur notre concept qui réunit la médecine chinoise et l'aromathérapie par voie cutanée. »

C'est en développant cet enseignement, « une approche holistique qui veut traiter la personne et pas le symptôme », que les deux Aveyronnais ont eu envie d'accompagner eux aussi des personnes « dans la globalité de leur existence », en tant que thérapeutes. Brigitte Couffignal et Didier Debar accueillent ainsi dans leurs jolis locaux de Lanuéjouls (ainsi qu'à Toulouse pour la première) ceux qui souhaitent aller mieux grâce à l'énergétique et l'aromathérapie.

35

Une approche holistique qui veut traiter la personne et pas le symptôme

Lanuejouls

« Je vais m'intéresser au plan émotionnel et psychique de la personne, ainsi qu'aux événements internes et externes, développe Brigitte Couffignal. Trouver la logique énergétique à l'aide de la médecine chinoise et des points d'acupuncture, et soigner avec les huiles. » Dans un monde où le curé de campagne et le médecin de famille ont disparu de la vie des gens, ces derniers n'ont plus personne à qui se confier et traitent leurs problèmes de santé de façon cloisonnée... Ici, on pose un regard sur la personne entière, « mais on ne se substitue pas à la médecine! », prévient-on.

« J'accompagne parfois des personnes pendant deux à trois ans », confie la thérapeute, habitée par de « réelles capacités à aider les gens » – elle voulait être institutrice plus jeune! Ce que loue chez elle son collègue et mari à la ville? « Une rigueur, un pouvoir de synthétiser et de percevoir chez la personne là où cela bloque dans son chemin de vie, lui dire les bons mots au bon moment... »

Didier Debar de son côté, propose une thérapie davantage centrée sur l'énergie. « J'aime percevoir les mystères de la vie, regarder derrière le rideau quand je reçois quelqu'un, comprendre pourquoi telle vibration ne circule pas bien. » Neutralité et empathie nourrissent son activité, également agrémentée d'un intérêt pour la psychogénéalogie. « Didier, c'est un chercheur né », affirme Brigitte. Une sorte de quête pour toujours améliorer l'existence : voilà le fil rouge de ces deux professionnels qui n'arrêtent jamais de se former, dont la soif de savoir teintée d'humilité est mise au service du bien-être.

Texte: Agnès d'Armagnac Photos: Frédéric Garrigues





Didier Debar et Brigitte Couffignal accompagnent ceux qui souhaitent aller mieux grâce à l'énergétique et l'aromathérapie.

Well-Edis

77 Avenue du Rouergue, 12350 Lanuéjouls Tél. 05 65 81 11 36 Brigitte Couffignal : 06 80 00 58 54 Didier Debar : 06 31 42 25 08

Avéron

La marque des Aveyronnais



À Sainte-Eulalie-de-Cernon, Marie-Laure Vinas mélange l'identité aveyronnaise et l'esprit des objets made in France* dans sa marque Avéron.

À mi-chemin entre le mouton et la vache, la « mouva » de Marie-Laure Vinas « balaie les valeurs et l'activité rurale du territoire, du Nord jusqu'au Sud ». Cet hybride sans corne, mais avec quatre pis, porte surtout l'empreinte d'une graphiste qui a les pieds bien ancrés sur le sol aveyronnais. Après quinze années de communication, en entreprise puis à la tête de sa propre agence, la jeune femme a en effet décidé de glisser vers de nouveaux chemins d'expression. Elle a créé en 2014 la marque identitaire Avéron, symbole de son attachement au département.

Son logo communautaire, plein d'esprit et d'éthique, se décline depuis sur une panoplie d'objets : t-shirts, tabliers, mugs, porte-clefs, autocollants, casquettes, sacs à dos, tote-bags... « Il existe une réelle identité aveyronnaise et de véritables communautés à Paris, Toulouse, Béziers ou ailleurs dans le monde. Les gens sont fiers de leurs origines et mes produits leur permettent de s'identifier ou de les revendiquer ».

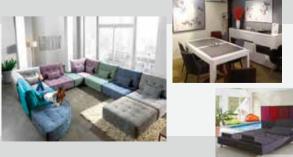
*pour la gamme des accessoires



www.meubles-castelbou-millau.fr



05 65 62 81 98 • Rond point de Raujolles - Av de St-Affrique 12100 MILLAU, CREISSELS



Des lunettes « Made in Aveyron »

Du fait-main aveyronnais à prix juste ; un savoir-faire artisanal patiemment acquis; un retour aux vraies valeurs...

Blandine Saint-Léger concrétise de nombreuses promesses derrière sa griffe de lunettes éponyme.

Blandine Saint-Léger est une jongleuse. La jeune femme réalise chaque jour un délicat travail d'adresse artisanale, tout en gérant la communication et le travail administratif de sa petite entreprise. Avec la Lunetterie Saint-Léger, créée au printemps dernier à Rodez, cette Lozérienne d'origine a souhaité retrouver du sens dans sa vie professionnelle.

Opticienne diplômée, spécialisée en contactologie, Blandine Saint-Léger s'est ainsi formée une année supplémentaire au fait-main, auprès de trois artisans-lunetiers français.

Aujourd'hui, elle dessine et fabrique des lunettes personnalisées pour ses clients. La jeune femme les reçoit dans son atelier-boutique de la place des Maçons ; un lieu entre tradition et modernité, ouvert à tous les regards. S'engage alors un travail d'équipe pour imaginer des lunettes techniques, esthétiques et confortables. « Tout ne se fait pas en un jour. Comme chez le tailleur, j'invite mes clients à revenir pour les retouches, les ajustements ». Un « temps nécessaire » pour choisir les matières - acétate, corne de buffle, tissu, plume, bois de cerf, châtaignier...- et les couleurs ; puis

façonner à la main une monture sur-mesure, qui sera parfaitement adaptée au visage, au caractère et aux besoins de son propriétaire.

Avec cette valeur ajoutée de temps et de savoir-faire, Blandine Saint-Léger espère imprimer une autre façon de consommer.

Cohérente jusqu'au bout, la jeune artisan travaille en partenariat avec un verrier français, et ne commercialise, dans son magasin, que « de grands lunetiers ou designers français, des montures d'autres artisans-lunetiers. Et ce, à tous les prix », insiste-t-elle.

Lunetterie Saint-Léger

Place des maçons – I 2000 Rodez contact@lunetterie-saint-leger.fr Tél. 09 86 20 10 60 Web: www.lunetterie-saint-leger.fr Facebook: Lunetterie Saint-Léger





Rodez

Hous'talet La maison des objets à histoire

Avec Hous'talet, conceptstore à Rodez, l'Aveyron se révèle en territoire dynamique et créatif.

La promesse de ce magasin s'est écrite à quatre mains. Alexandre Azzopardi et François Lacombe ont conçu Hous'talet en vitrine de la création et du design. Dans ce concept-store de la rue Neuve à Rodez, on trouve les coups de cœur des deux jeunes hommes. Une « sélection intime » -et vertigineuse !dans laquelle se superposent avec soin 2 200 références : des trophées en papier qui viennent de Berlin; les bijoux hand made à Paris de Thomas V.; des marques espagnoles, américaines... Mais aussi les trésors des artistes, artisans et designers aveyronnais : le t-shirt Propre, le Sac du Berger, les paperbags de Caroline, les objets identitaires estampillés Avéron, les coups de crayon des graphistes Blein/Roube et 6Lou...

Alexandre Azzopardi et François Lacombe ont rencontré chacun d'entre eux. Ils connaissent leur histoire ; ont parfois visité leurs bureaux, leurs ateliers... Et se différencient en racontant à leurs clients, ces gens et leur travail. Marchands de « perles rares », les deux commerçants sont aussi les gardiens du design à l'aveyronnaise. À travers Hous'talet Création, leur maison d'édition, ils parrainent les talents du département ; et produisent leurs pièces en petite série, pour les propulser dans leur boutique. Le duo, véritable moteur créatif, est aussi partie prenante du collectif Réseau Marguerite. Ensemble, avec les graphistes Sophie Roube et Benoît Blein, l'architecte Hugues Tournier et ceux de l'atelier Tawla, ils s'attellent à des projets visuels, mais aussi à des programmes d'aménagements urbanistiques.

Texte: Mélisa Guendouzi

Photos: Frédéric Garrigues

Hous'talet

25, rue Neuve - 12000 Rodez Tél. 05 81 19 75 71 Facebook : Hous'talet Instagram : houstalet à l'honneur la création aveyronnaise dans sa boutique.



Boulette et Gros Lapin

Des petits pots pour les bios bébés

> Installé à Ségonzac, commune de Calmont, Pascal Bleunven cultive blettes, carottes, courges et pommes de terre, qu'il transforme en « petits pots très bios ».

Avant de cultiver, Pascal Bleunven a vécu d'autres vies : celle de responsable d'un atelier de découpe de viande à Rungis ; et celle de citadin -parisien de surcroît. Le jeune homme, qui servait les restaurants gastronomiques en produits d'exception, a « découvert l'Aveyron par le boulot ; et les Aveyronnais, lors de vacances sur le Lévézou ». Et c'est ici, à quelques encablures des grands lacs, à Ségonzac, sur la commune de Calmont, qu'il est venu matérialiser son idée d'installation en maraîchage biologique.

Depuis une petite année, Pascal Bleunven exploite sept hectares de prairies, dont une petite partie seulement accueille un garde-manger à ciel ouvert. Pour ses débuts, le nouveau paysan a fait simple et bon : des blettes, des épinards, des courgettes, des poireaux, des carottes, des pommes de terre... Des courges sous toutes les formes... Et quelques herbes aromatiques, pimprenelle et pourpier entre autres. « Pas d'insecticide, ni n'importe quel autre produit, même en bio! Je fais ce que je pense être bien pour la terre, c'est-à-dire le minimum, pour ne pas bouleverser l'équilibre des sols ».

Pascal Bleuven exploite sept hectares de terre à Ségonzac. Il produit lui-même le foin qui lui sert à pailler ses cultures et faire des économies en eau.



Pascal Bleunven, qui a passé un bac agricole par correspondance, travaille surtout à l'instinct, en appliquant les conseils piochés de-ci de-là auprès de copains maraîchers ou de jardiniers aguerris.

Pour pouvoir vivre de son nouveau métier, le jeune homme transforme lui-même ses légumes. Une façon, dit-il aussi, de se « réapproprier l'outil agricole et sa production ». Une fois les récoltes effectuées, il passe donc derrière les fourneaux pour élaborer des petits pots pour bébés ! Et pour que les jeunes palais ne se lassent jamais, l'agriculteur fait appel à ses collègues pour compléter ses recettes en légumes -« Moi, je n'ai pas tout réussi... Forcément, c'était ma première année... », céréales ou viandes de qualité. Un seul

critère alors: « La proximité! », sauf pour le riz, le quinoa ou l'huile d'olive qui sont cultivés ou fabriqués au-delà des frontières aveyronnaises. Pour le reste, ce sont souvent la pluie et le beau temps qui dictent le contenu des petits pots. De la purée 100% carottes au pot-au-feu, en passant par les coquillettes fermières à la sauce tomate ou le risotto de blettes au laguiole fermier, le catalogue s'établit en fonction de la saisonnalité. En cuisine, comme dans les champs, Pascal Bleuven applique en effet les mêmes règles. La même patience et la même exigence. Pour que « ces ingrédients qui ont mis tant de temps à pousser soient mis en valeur », mais aussi « parce que nos enfants aiment les légumes qui ont du goût! ».

Texte: Mélisa Guendouzi Photos: Frédéric Garrigues

Retrouvez les petits pots Boulette et Gros Lapin dans les Biocoop de Rodez, Villefranche-de-Rouergue et Capdenac, au Panier paysan à Nuces ou chez les Loco-Motivés. http://boulette-et-gros-lapin.fr/



La Terrasse de Bozouls

Convivialité et générosité au menu de l'hiver

Le site naturel du canyon de Bozouls compose un cadre enchanteur pour ce restaurant de pays. . Une carte locale et hivernale vient compléter le tableau.

Potées « façon grand-mère », soupes qui Le chef a également imaginé un saumon réchauffent et belles pièces de viande... À et des produits soianés.

l'année dernière, le chef de La Terrasse de muscler la carte des desserts « maison ». Bozouls a l'habitude de mettre l'Aveyron à l'honneur : veau du Ségala, bœuf aubrac, Une soirée, avec « un menu royal », est saucisse charcutière, fromage de Laguiole... plus festive; et le terroir côtoie les crustacés obligatoire). En attendant, et le gibier.

Frédéric Compagnon a ainsi déniché un étonnant et fameux jambon cru et fumé et généreuse. d'agneau, qui fait des merveilles dans sa salade du Causse. Les escargots sont servis avec une sauce au roquefort; tandis que les pavés d'autruche ou de biche et la daube de cerf font leur apparition au menu.

en feuilleté, parfumé au champagne ; des l'approche de l'hiver, Frédéric Compagnon gambas flambées à la vietnamienne ; et continue de miser sur une cuisine gourmande pour faire fondre le tout, des nems de fruits exotiques à base de litchis et tapioca. Il Depuis son arrivée dans le département a aussi embauché un jeune pâtissier pour

programmée le 31 décembre prochain pour Cette saison, sa cuisine prend une coloration célébrer la nouvelle année (réservation Compagnon et son équipe vous accueillent tous les jours autour d'une cuisine conviviale

La Terrasse de Bozouls Place de la Mairie - 12340 Bozouls Tél: 05 65 48 58 62

Ouvert 7/7 jours le midi ; vendredi et samedi soir. Dimanche soir sur réservation



Au cœur du Parc naturel régional des Grands Causses, le Gaec des Trois Pastres œuvre dans le sens de la tradition des Trois Pastres paysanne, à travers ses activités d'élevage et un atelier de charcuterie. L'histoire de ce Gaec est celle d'un « clan » enraciné dans le terroir... Et c'est Guillaume qui est désormais à la tête de l'exploitation créée par son père en 1982. Au Mas Viala, au cœur du Parc des Grands Causses, les Bouissou élèvent des brebis et « des porcs sur la paille, nourris aux céréales de la ferme ». Le lait de leurs lacaunes sert à fabriquer le roquefort. Les cochons sont transformés sur place dans la grande tradition charcutière.

Artisan sérieux, Guillaume tranche, découpe et cisèle lui-même les bêtes, dont la viande est ensuite transformée en jambon blanc saucisses et saucissons, pâtés et autres fritons... Les recettes, « celles de nos grandsmères, sans sel nitrité », donnent à cette charcuterie « une certaine typicité ». Le goût, rustique, est sans reproche, comme la qualité des viandes d'agneau ou de porc vendues directement à la ferme.

www.les-trois-pastres.com



La Boît'Apéro cartonne sur Internet

Avec leur box gourmande, imaginée à Balaguier-sur-Rance, Amandine Blanchard et Anthony Bel servent l'apéro directement à la porte des clients.

Amandine Blanchard et Anthony Bel ont l'habitude de se ravitailler sur les chemins buissonniers. Ceux du terroir et des petites productions. Tout au long de l'année, le couple maraude depuis Balaguier-sur-Rance. Et glane partout en France les petits plaisirs qui viendront remplir sa Boît'Apéro : quelques biscuits des Délices du Rougier à Briols ; une mouillette du duo de saumons de Maison Sauveterre à La Tieule ; une rondelle de saucisson sec cendré de la maison Conquet à Laguiole ; du pop-corn à la crème d'oignons de Maïs Délice à Mazamet ; une poignée de cacahuètes chili de l'Atelier 78 en Île-de-France... Sans oublier la bouteille de rouge ou de rosé qui fera retentir les claquements de verres.

« Notre promesse », expliquent les deux entrepreneurs, « c'est un kit parfait pour l'apéro : un vin, une charcuterie, un tartinable et des biscuits artisanaux ». Avec ce système de box déposée directement dans la boîte aux lettres, Amandine Blanchard et Anthony Bel donnent la priorité « au goût et à l'originalité des saveurs ». Et s'engagent à livrer à leurs clients une histoire inédite chaque mois. « On sélectionne nos produits en imaginant les moments d'échange et de partage qu'ils susciteront à la dégustation. Chaque boîte doit être une découverte et surprendre, séduire, avec des produits de qualité que l'on ne trouve pas au supermarché du coin ». Un concept convivial et gourmet qu'Amandine Blanchard et Anthony Bel déclineront dès ce printemps dans une épicerie fine, associée à une cave, au cœur de Saint-Sernin-sur-Rance. « On a cette volonté de valoriser les producteurs locaux et les circuits courts à travers la réouverture d'un commerce de proximité dans le village ».

Texte: Mélisa Guendouzi Photos: Frédéric Garrigues La Boit'Apéro propose plusieurs formules : commande à l'unité ou abonnement pour 2, 3 ou 6 mois.



www.laboitapero.com Facebook : la boit'Apéro Instagram : laboitapero

Cette box apéro constitue un cadeau idéal pour faire plaisir à ses proches. L'entreprise connaît d'ailleurs deux pics d'activités, à Noël et à l'occasion de la fête des pères.



Des produits frais, de saison, cuisinés sur place ; avec passion et bonne humeur. C'est la recette du P'tit Parigot pour attirer les Ruthénois hors des frontières du centre-ville. Derrière le comptoir, Marie-Cécile assure l'accueil et se charge du service dans une salle à la déco confortable et contemporaine

Aux fourneaux, Jérémy son fils, un jeune chef bien dans sa génération, entretient la tradition et la convivialité.

Ses assiettes, tendance bistronomie, sont assaisonnées de produits patiemment sélectionnés sur les marchés ou chez les commerçants de bouche de la cité. Au déjeuner, une ardoise varie les menus du jour. Tandis qu'au dîner, la carte, qui reste succincte -et de qualité !- surprend avec des woks au poulet ou version végétarienne ; des burgers ; mais aussi de grands intemporels, comme les ris d'agneau ou les belles pièces de bœuf. On vient donc dans ce restaurant familial pour partager d'excellents moments auprès d'un chef et d'hôtes qui

Au P'tit Parigot
11, avenue Durand de Gros
12000 Rodez
Tél. 05 65 61 23 82

cultivent le goût des bonnes choses.



Les habitants se précipitent sur cette page Facebook comme ils iraient au bistrot s'enquérir des derniers potins du village. Avec près de 3 000 abonnés, cette fenêtre virtuelle, baptisée Com'à Laguiole, s'est imposée comme un canal d'informations essentiel; un lieu social où se retrouver pour partager les bonnes nouvelles, les événements, les projets...

« J'ai créé cette page pour rendre service aux acteurs locaux et valoriser leurs initiatives », raconte Isabelle Descaves, ancienne consultante indépendante en communication, « Puis les demandes de prestations sont arrivées et m'ont motivée pour créer une agence de com' à Laguiole ». L'initiative de cette Aveyronnaise de Paris, revenue au pays d'abord pour un projet de vie, a rapidement trouvé écho auprès de potentiels clients, mais aussi d'autres travailleurs du secteur de la communication. Isabelle Descaves collabore aujourd'hui avec l'entreprise Web'en Aubrac de Nicolas Deycard ; et quelques autres prestataires -graphisme, projets événementiels, relations presse- qui ont en commun la jeunesse et des origines aubraciennes.

« J'ai une formation de psychologie », explique Isabelle Descaves, « L'humain est resté au centre de mon travail. Com'en Aubrac est née pour permettre aux jeunes du territoire de vivre et travailler ici ». Depuis, c'est tous ensemble qu'ils tissent une toile numérique sur l'Aubrac. « Nous sommes une agence de proximité. Notre vocation, c'est d'accompagner les commerçants et les PME : des entreprises à taille humaine et des gens amoureux de leur pays ».

Commerces de proximité, entreprises à taille humaine, associations hyperactives... Sur l'Aubrac, la vie sociale et économique a engendré une petite agence de communication.

> Texte: Mélisa Guendouzi Photos: Com'en Aubrac



Com'en Aubrac

12 bis, place du Couvent - 12100 Laguiole Tél. 05 81 36 12 63 / www.com-en-aubrac.fr Facebook : Com' en Aubrac/Com' à Laguiole Isabelle Descaves s'entoure de jeunes professionnels du secteur de la communication et du graphisme pour développer son agence à Laguiole.



Créé il y a une quarantaine d'années par le clan Bastide, le Bowling du Rouerque est un établissement qui lui ressemble: accueillant, accessible, et surtout, multi-générationnel. Gilbert et Josy, qui travaillent main dans la main avec leurs enfants, Sandra et Jean-Pierre, accueillent les Aveyronnais comme les gens de passage ; les adultes, comme les ados ou les bambins.

Dans cette maison familiale, où la convivialité est la règle, le restaurant propose une cuisine généreuse typiquement régionale. Entre les douze pistes de bowling et la terrasse ombragée, la charcuterie, la tête de veau, les plats mijotés, le retortillat ou l'aligot ont en effet le goût du souvenir, et la marque d'une famille très attachée à ses racines et aux valeurs d'hospitalité. Le bar et sa carte brasserie assurent

continu service du soir au matin, l'hôtel quand permet de poser ses valises dans chambres des sobres et cosys à la décoration

BOWLING DU ROUERGUE

Espace Saint-Marc 12850 Onet-le-Château Tél. 05 65 67 08 15 www.bowlingdurouergue.com

Ouvert 7 jours/7









Le Buron de Born

Pour se plonger dans la magie des grands espaces ou retrouver le goût des bons produits de terroir, direction le Buron de Born. À quelques kilomètres de Nasbinals en Lozère, cet établissement authentique -dalles en lauze par terre, charpente apparente- est un concentré d'Aubrac : charcuterie de pays, aligot au chaudron, pièce de bœuf aubrac, fromages de montagne et tarte maison y sont servis en musique. Profitez-donc du panorama unique sur le lac de Born au son de l'accordéon de Gilbert. Régalez-vous tandis que Jean-Pierre chante Lou Mazuc, la vie des anciens buronniers du plateau.

> Tél. 04 66 32 52 20 www.bastide-nasbinals.com

récente.



Pommes de terre à l'étouffée

Pour 6 personnes:

2 kg de pommes de terre 3 cuillerées à soupe de graisse de canard ou d'oie sel

Eplucher et couper les pommes de terre en fines rondelles.

Faire chauffer la graisse dans une poêle à feu vif. Jeter les pommes de terre dans la graisse bien chaude.

Couvrir la poêle, et laisser cuire toujours à feu vif 10 mn. Retourner les pommes de terre, saler, et baisser le feu.



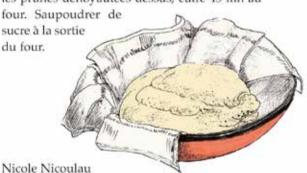
Jeanette Cluzel Ferme auberge de Boulouis

Pastis aux prunes

prunes 125 g de beurre 250 g de farine 100 g de sucre 1 sachet de levure

Sur un plan de travail, mettre la farine, la levure, le sucre et le beurre coupé en dés. Malaxer le tout, ajouter de l'eau pour former une pâte facile à étaler.

Foncer une tourtière avec cette pâte. Disposer les prunes dénoyautées dessus, cuire 45 mn au



Ferme auberge de Bournazel

ATABLE!

200 recettes en Aveyron



RECETTES FACILES DE FERMES AUBERGES

DÉCOUVREZ LA COLLECTION «RECETTES PAYSANNES» DES ÉDITIONS DU CURIEUX, LES RECETTES AUTHENTIQUES DE PLUS DE 25 DÉPARTEMENTS.

Vos coups de coeur



FESTIVAL DE NOËL, BONHEURS D'HIVER À MILLAU Du 3 au 31 décembre

Du 3 au 31 décembre 2017

Un festival jeune public, entre culture, jeux et moments festifs... Des rendez-vous ouverts à tous : spectacles, déambulations de rue, ateliers créatifs, expositions, feu d'artifice, marché de Noël, bulade aux lampions, ferme de Noël, course pédestre, grande parade féérique...

Renseignements: www.millau.fr



PERLE, D'ESPÉRANCE, DE VÉRONIQUE LAGARDE

« Premier roman authentique et sensible de Véronique Lagarde, fruit d'inspiration ne de rencontres touchantes où le lecteur se laisse volontiers, tout comme l'héroine du livre, emmurer dans le silence, emporté par un flot d'émotions, de douleurs et d'exaltation ».

En vente à la Maison du Livre.



ALL THAT JAZZ: CÉCILE MCLORIN SALVANT À RODEZ

Dimanche 14 janvier

Mademoiselle McLorin Salvant fait des accros avec sa voix chaude et enveloppante, une véritable arme de séduction massive qui a enjôlé Wynton Marsalis et qui resplendit sur son tout 1^{er} disque : WomanChild,

Le 14 Janvier à 18 heures à Cap' Cinéma à Rodez.



Gymnase de Laguloie

TOURNOI FUTSAL: TELÉTHON À LAGUIOLE

Vendredi 1 décembre à partir de 19h30 pour les ados et adultes. Samedi 2 décembre à partir de 14h pour les enfants de 6 à 12 ans.

Au gymnase de Laguiole. Inscription 15€ par équipe ou 2€ par joueur.

Renseignements: 05 65 48 47 50 ou 06 61 62 03 39.

Les films coups de cœur ÉCHO'Aveyron

Coexister



par Fabrice Éboué

Sous la pression de sa patronne, un producteur de musique à la dérive décide de monter un groupe constitué d'un rabbin, un curé et un imam, afin de leur faire chanter le vivre-ensemble. Mais les religieux qu'il recrute sont loin d'être des saints...

Le Sens de la Fête



par Éric Toledano e Olivier Nakache

Max est traiteur depuis trente ans. Des fêtes il en a organisé des centaines, il est même un peu au bout du parcours. Aujourd'hui c'est un sublime mariage dans un château du 17^e siècle, un de plus, celui de Pierre et Héléna.



AGENDA DES MARCHÉS ET ANIMATIONS DE NOËL

Du 6 au 24 décembre 2017 : Espalion 9 décembre 2017 : Mur-de-Barrez,

Sauveterre-de-Rouerque

10 décembre 2017 : Saint-Rome-de-Tarn,

Réquista

16 décembre 2017 : Rieupeyroux,

Decazeville

17 décembre 2017: Olemps

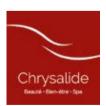
LES ÉDITIONS DU CURIEUX - ONET-LE-CHÂTEAU - 05 65 67 73 00 CARTES DE VŒUX POUR ENTREPRISES ET COLLECTIVITÉS





WWW.PHOTOVQEUX.COM





"Atmosphère sereine, délicatement parfumée, univers de douceur, aux notes musicales apaisantes, gestes experts et attentionnés... Chaque soin est une parenthèse de pur plaisir, un total dépaysement.,,

Toutes nos offres sur www.chrysalide-espace-bien-etre.fr ou en institut : 1 Av. Jean Monnet - Bourran - 12000 RODEZ Tél. 05 65 73 12 64

"Fort de ses 20 ans d'expérience, votre institut Chrysalide vous propose le meilleur de son savoir-faire. ..

Nos offres sur Les ESCAPADES



Cocon de Soie

2h15 de soin

Espace détente SPA Gommage corps Modelage 30'

¹¹⁰**9**9€



Détente _{-10%}*

2h30 de soin

Espace détente SPA Modelage 30' Soin visage de saison

121,5€

Pour les fêtes, pensez à offrir du bien-être!

 $^{f *}$ Offre valable pour 1 personne sur la formule Cocon de Soie ou la formule Détente.



Intermarché les 4 saisons | Avenue de Bamberg

Tél.: 05 65 77 30 70 | Horaires d'ouverture : du lundi au samedi 08h30-19h30 | dimanche : 09h00-12h30









Pensez à commander VOSPLATEAUX



crustacés ...



«Ouvertures exceptionnelles» les dimanches 24 et 31 décembre toute la journée de 8h30 à 19h.