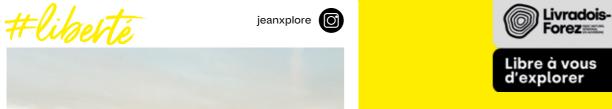
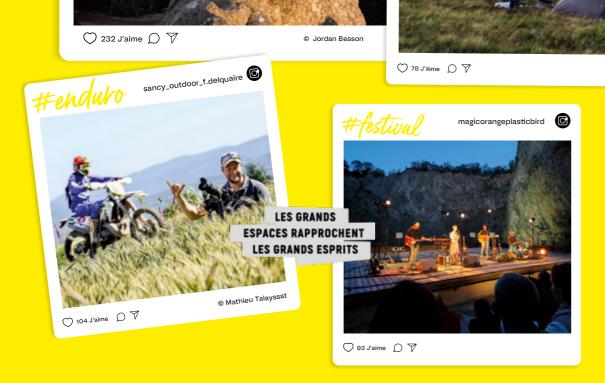


Libre à vous d'explorer

jeantortille\_pix





- 03 Lettre à mon territoire / À mon Pays d'Ambert, en ce 29 octobre 2023 par Yolande Cuzin
- 04 Énergie positive / Aurélien FAIVRE-DUBOZ, à l'écoute des maux et des mots
- 07 Énergie positive / Roland TOURIL, les arts du cirque ou l'art de se découvrir soi-même
- 10 Atouts fertiles / Bougez, respirez, vous êtes sur le territoire d'Ambert Livradois Forez
- 16 100 % attractif / Naomi Sibomana
- 18 100 % attractif / Mélanie et Olivier Marx
- 20 Pep's et leurs petits secrets

o Directeur de a publication : **Daniel Forestier** 

Livradois-Forez

O Gaëlle Goigoux rédaction / création et mise en page : J'articule En couverture : Marie-Adeline Pommeyrol, membre de Courir en Crédits photo : Lotfi Dakhli, Fred Lebert, **Ambert Livradois** Forez, Photo Mairie d'Ambert. Cyrille Cauvet. Frédéric Brassard, Prod03, iStock

Impression Imprimerie Cavanat, en 17 000 exemplaires sur papier issu de forêts gérées durablement imprimerie IMPRIMVER1

# A mon Pays d'Ambert, en ce 29 octobre 2023

etirée dans ma tour d'ivoire, je ne te parcourrai plus, mais c'est un honneur pour moi du haut de mon 1,47 m de pouvoir encore m'adresser à toi et à tes habitants d'origine ou importés. Là aussi je m'en accorde le droit puisque figurant depuis 10 générations dans les registres de l'État civil de ta Mairie.

Je pense que je t'ai assez aimé en te cherchant dans tes 55 communes (de 1992¹), dans tes forêts, tes sentiers, tes rochers et ta Dore où les baignades alors permises étaient un aguerrissement spartiate en vue d'une vieillesse tenace.

Tu étais là à l'ère primaire, surnageant au secondaire et notre Pierre-sur-Haute a été ravi de se faire bousculer par les Alpes à l'ère tertiaire pour faire la nique à ces jeunots de volcans.

Tu as toujours été un refuge dans ton cul-de-sac entouré de forêts profondes si inaccessibles, sauf par ta rivière. Tu existais à la Masse d'Ambert en l'an 0 disent les « savants » et tu as été le refuge de tant de poursuivis, depuis les templiers et plus près de nous, tous ces réfugiés que nous avons vus toi et moi : Espagnols, Italiens, Juifs, Alsaciens, Turcs et les derniers rapatriés du Covid.

Mais « lacherem pa! »2.

<mark>ettre à mon territoire</mark>

Avec tous ces jeunes apportant leur savoir-faire à l'abri de la folie des honneurs et de la puissance liée à l'argent, tu vas retrouver un nouveau souffle.

Tu es un pays rude, difficile à vivre mais c'est dans les difficultés que se forge la résistance et cet amour que je t'ai donné dans tes campagnes profondes et tes classes uniques, tu me l'as rendu au double avec des pépites de tes trésors et quelques révélations de tes secrets profondément cachés.

Je suis d'accord avec Henri Pourrat : « Si l'on devait représenter le pays d'Ambert par un signe, ce serait un cœur ».

Ces cœurs, je les ai trouvés partout, aussi bien profanes que religieux mais toujours sous les plus pauvres habits.

Merci, Amberitus, mon vieux Pays de m'avoir tant aimée, moi si petite et si démunie.

- <sup>1</sup> 58 communes depuis 2017.
- <sup>2</sup> Nous ne lâcherons-pas!

Yolande Cuzin née Convert en 1931, à Ambert





« Je ne sais pas si je suis plein d'énergie. Je dirais plutôt que je laisse pleinement l'énergie circuler. C'est une sensation intérieure » explique celui qu'on nous a présenté comme masseur-kinésithérapeute, couvreur-zingueur, organisateur d'événements avec 10 Solutions et que nous découvrons de surcroît apprenti instructeur d'art martial, en couple et papa. « Je vais très bien. Je n'ai pas le sentiment d'être débordé » commente Aurélien, jambes allongées, chaussures « five fingers » aux pieds. A-t-il du temps libre? Le jeune homme prend le temps de laisser mûrir la réponse. « Je ne vois pas mes activités comme un travail. Il y a du temps libre dedans. D'ailleurs, le temps est toujours libre, non? » Ce renversement de la perspective habituelle nous ravit et nous sentons nous aussi que nous sommes là parce que nous l'avons choisi.

### **RALENTIR**

A l'écoute

des maux et des mots

Aurélien

Le soleil monte dans le ciel, sa lumière vient nous lécher le front. Il est urgent de ralentir. « Dans la santé, les personnes veulent juste arrêter tout de suite une douleur qui est une souffrance. Mais il est nécessaire de déconstruire avant de reconstruire. Et ça prend du temps » commente Aurélien. « Il n'y a pas de résultat durable et intéressant dans l'immédiateté. Les gens veulent

être soulagés instantanément. On se trompe de problème. » Et d'illustrer son propos avec une scène de rue que même les plus jeunes d'entre nous ont pu observer : « Les anciens, dans le passé, s'asseyaient sur un banc et regardaient passer les choses afin de connaître le bon moment pour l'action ». Nous qui pensions que c'était pour tuer le temps...

### **PRODIGUER DES SOINS BASÉS SUR L'ÉCOUTE**

C'est la raison pour laquelle Aurélien a choisi de pratiquer son activité de soignant à domicile. « Ce mode d'exercice permet de me libérer et de me donner du temps par rapport à une pratique en cabinet. » Là aussi, Aurélien qui « ne prend qu'un seul patient à la fois » change la perspective par rapport aux métiers du soin qui sont devenus plus techniques, centrés sur quelques gestes précis, « rapides, rentables ». Au cœur du quotidien des gens, sa présence centrée sur l'écoute « libère les mots - et les maux - des personnes » qu'il rencontre. « Il en découle une ouverture propice pour dissoudre les barrages intérieurs qui empêchent la circulation de l'énergie et la guérison. » Saviez-vous par exemple que notre foie se régénère entièrement toutes les trois semaines ? Un phénomène naturel entravé par de multiples causes.





### **VIVRE SUR UNE TERRE RICHE**

Son activité de kinésithérapeute l'a conduit à faire des remplacements sur de nombreux territoires. Aurélien est franco-belge. Né à Vichy, il a étudié en Belgique. Il affectionne les destinations avec « des terres volcaniques, des terres riches et vivantes ». Fort de ce constat, il décide finalement de s'installer sur le territoire d'Ambert Livradois Forez. « C'est une source d'équilibre pour moi. Il y a tout ce que j'aime - la nature, le calme et depuis quelques années un renouveau, une effervescence associative et culturelle » qu'il constate à Fournols mais aussi dans tous les autres villages. « Rien qu'à Fournols, nous avons cinq associations actives avec des événements toute l'année pour tous les publics et pour tous les goûts - c'est incroyable. » Pour Aurélien, « cela témoigne d'une envie forte de nourrir la joie, le partage, le vivant ».

### **EN OUÊTE D'HARMONIE AVEC LE TOUT**

Être bien dans son corps, dans sa tête et dans son cœur. Tandis que la nature murmure à l'unisson, nous sentons que chacun aspire au même but. « Comment ramener de l'humanité, du partage et de la fraternité dans notre société alors que le sens du courant pousse à nous diviser? » Pour le



Fe souhaite prendre ma place dans ce monde par mon activité pour amener de l'équilibre dans la société, la famille, le village et dans tout contexte en fait.

jeune homme, c'est sûr, c'est LE défi. Il déplore la vision catastrophiste selon laquelle l'être humain est néfaste pour le reste de la planète. « Si nous avons la capacité de détruire, nous avons celle de rectifier, de nourrir, d'équilibrer. Je pense qu'il faut réorienter son regard vers le beau. » Encore un changement de perspective auquel nous sommes appelés, collectivement. Sur le sentier retour, nous songeons que tous les êtres humains sont des disciples en chemin et nous réjouissons d'avoir croisé celui d'Aurélien.





Enfant de la balle? Roland ne l'était pas En arrivant impasse de Terre rouge à Ambert, on s'apprête à rencontrer un outsider. Ce fils d'agriculteur sans relation avec le milieu a posé ses valises à Valcivières, a monté son chapiteau et enseigne les arts du cirque Bravo maestro!

Nous tournons à l'angle de l'ancien centre équestre sur la départementale, et nous garons rapidement sur un terre-plein. Devant nous, un ensemble bâti bien entretenu. Nous posons pied à terre et humons l'air vif. Le vent transporte des odeurs de foin. Au loin, les nuages en bande caressent les flancs de Valcivières quand déboule un grand chiot couleur de hyène. Suivi de près par son maître : Roland Touril, la quarantaine juvénile. Jean, baskets et boucle d'oreille à plume. « Bonjour! Vous venez pour le portrait? » Oui, c'est bien ça. « Je vous attendais. » Nous nous serrons la pince tandis que la jeune chienne, Ulule, un berger auvergnat de trois mois, sautille joyeusement autour de nous. « Ne vous inquiétez pas, elle est gentille comme tout. » Roland commence à nous entretenir du domaine où il a établi son activité J'peux pas. J'ai cirk, elle aussi toute jeune.

### **LE PLUS GRAND CHAPITEAU DU MONDE**

« Je vous montre le chapiteau? » demande-t-il. Nous contournons la bâtisse et découvrons une grande tente multicolore. Alors qu'il nous invite à pénétrer dans ce temple, Roland a des étoiles dans les yeux. « Un rêve de gosse », inutile de préciser. D'occasion trouvé sur leboncoin, le chapiteau appartenait à une école de cirque qui a grossi. Nous espérons secrètement que c'est un bon présage. La mairie lui a prêté le terrain pour qu'il puisse développer son activité dans un lieu propre. « Ça va me permettre de diminuer le temps passé sur la route et au montage/ démontage du matériel. » Mais oui, d'ailleurs : où est le matériel ? « Venez » dit Roland que nous suivons jusqu'au parking, précédés de sa chienne.



« C'est un Hyundai, le camion. Il est rallongé, avec une remorque de 2,30 mètres. » Roland commence à ouvrir portières et caisses. Méticuleusement, il sort le matériel et nous explique l'usage de chaque objet : tapis, bascules, cerceaux bleu et rouge, monocycles, balles et anneaux, cordes et tissus. « C'est ultra physique. On travaille la souplesse, le gainage, toutes les parties du corps avec un muscle. » Roland aime aussi le « partage, l'entraide qu'on va s'apporter

les uns les autres. Tout le monde peut s'inscrire. Il faut apprendre à se connaître, se découvrir. Quel que soit l'âge des personnes, je m'adapte à l'envie, à la morphologie. »

### **ASPIRATION ET TÂTONNEMENTS**

Quand tout est remballé, on s'assoit à l'arrière du camion. Une aura de mystère nimbe le quadragénaire. Où était-il avant et que faisait-il? Pourquoi avoir attendu vingt ans avant de réaliser son rêve ? Roland répond : « À 20 ans, j'ai su que je voulais travailler dans le cirque, le BISAC\* était pour moi. Je suis allé à Paris, j'ai rencontré Monsieur Italo Medini. Je savais un peu jongler, un peu marcher sur une boule. Je lui ai dit : prenez-moi, et il a dit : OK. J'ai eu mon brevet, mais je n'étais pas du sérail. Je n'ai pas trouvé de travail. » À partir de là, Roland enchaîne divers boulots alimentaires, voyant s'éloigner chaque année davantage la possibilité de réaliser son rêve.



Je pense que je peux développer mon projet sur ce territoire. Je pense que j'y arriverai et que je serai soutenu par les partenaires locaux.



### **UNE NOUVELLE FAMILLE** DE CIRCASSIENS EST NÉE

Mais chacun sait, au fond, que l'eau n'oublie pas son chemin. En 2019, Roland loue une maison à Valcivières, attiré par le territoire d'Ambert Livradois Forez qu'il a découvert en vacances chez son frère. Puis, en 2020, il teste son projet dans le cadre de l'Université populaire. « J'ai démarré à Valcivières dans la salle municipale. Comme ca marchait, je suis allé voir à Arlanc. Ça a marché aussi. Alors j'ai essayé la Chaise-Dieu, puis Saint-Anthème en 2023. Et ça marchait toujours. » Maintenant, l'école reçoit le soutien de la Communauté de communes pour promouvoir le festival des arts du cirque Les Folie's Cirkus, à Valcivières. Prochaines étapes ? « Depuis l'an passé, mon école est affiliée à la Fédération Française des Écoles du Cirque. Mon idée, c'est d'ouvrir une spécialisation : une école professionnelle qui délivre le BISAC ou le brevet professionnel. »

\* Brevet d'Initiateur Spécialisé aux Arts du Cirque



### LE QUOTIDIEN EN MOUVEMENT

Nous n'avons pas fait le compte du nombre de licenciés, de clubs et d'associations sportives de plein air sur le territoire d'Ambert Livradois Forez lors de la préparation de ce dossier. Fastidieux, inutile. Il n'est qu'à jeter un œil aux médias que nous avons sous la main - plaquettes, sites web de l'office du tourisme par exemple - pour se rendre à l'évidence : ce n'est pas une activité réservée à quelques privilégiés. Vélo, ski, raquettes, snowkite, randonnée pédestre, pêche, moto, équitation, nage, course à pied, trail, golf, escalade, parapente, tyrolienne et j'en passe. Sans compter la mobilité du corps au quotidien pour aller au jardin, chercher son pain ou les petits à l'école. Ici, tout le monde bouge, les plus âgés comme les plus jeunes. C'est naturel, imbriqué aux modes de vie où l'espace est vaste. « L'être



verticale comme dans les villes », commente Mathieu Debarges, anciennement coach sportif à Genève. Mathieu et ses proches se sont joyeusement relocalisés à Ambert en 2021, où ils s'adonnent à toutes sortes de plaisirs super

### LE POUVOIR D'ATTRACTION **DES SAISONS**

Alexis Filliat a 17 ans. Il est né à Job et, deux ans après, il a commencé à pédaler. À 5 ans il a rejoint son frère Brice au Vélo Club Ambertois\* où il continue à pédaler. « On ne s'en lasse pas », commente-t-il en évoquant la beauté, la diversité des paysages et le sentiment de liberté que lui procurent ces longues courses solitaires ou avec ses copains. Mathieu observe « deux ans d'écart en termes de motricité entre les enfants d'Ambert et de Lvon ». Ouant à Sandrine Sauret, elle est à fond... sur le ski de fond. Elle évoque avec émotion « l'espace nordique des crêtes du Forez » où la neige est encore présente chaque hiver de novembre à mars. « On va sur les Pradeaux, les Supeyres. C'est très peu boisé. On a une vue panoramique sur le Mont-Blanc, les massifs du Sancy et du Velay. C'est dingue, absolument exceptionnel. » Ses meilleurs souvenirs sont sur les crêtes : « Le ski hors-piste quand il fait beau avec les copains après un départ à 5 heures du matin, c'est juste... waouh! » Sandrine déplore de croiser toujours les mêmes vingt personnes et craint que l'activité ski, à terme, soit menacée à défaut d'être rentable. « Pour moi, ce serait dramatique », conclut-elle.

\*Désormais l'Union Cycliste Ambert Auvergne.



### LES SPOTS PRÉFÉRÉS **DES SPORTIFS DE PLEIN AIR**

Pour tous trois, le plaisir est le moteur. Nous leur avons demandé quelques lieux, quelques courses mémorables. Nous avons appris d'Alexis que Pierre-sur-Haute est grisant parce que c'est « le point le plus haut du Forez », que le col du Béal est incontournable et que le Mont Chouvé offre « la plus belle vue du Livradois-Forez ». Le plateau des Hautes-Chaumes avec « le col des Supeyres et sa vue à 360° » déjà mentionné par Sandrine est aussi plébiscité par Mathieu. « Un petit kif favori, c'est la piste VTT côté Livradois : le circuit 29. Il faut le faire un soir d'été orageux quand il commence à pleuvoir. Avec des passages en forêt vraiment sombres, c'est féérique. C'est une piste assez bien tracée, un peu technique mais accessible, avec un côté impressionnant » partage Mathieu. Sont encore cités : le chemin des papetiers à Ambert pour la course à pied, la montée du Mont Chouvé depuis le rocher de la Volpie, le tour du barrage des Pradeaux, le parc de pleine nature à Prabouré ou encore la course cyclo Les Copains.

### **UN ESPRIT SAIN DANS UN CORPS SAIN**

À les entendre, on dirait qu'il n'est qu'à mettre un pied dehors pour être happé par le mystérieux pouvoir des saisons. Et en effet, là où porte le regard, nous sommes cernés de paysages sauvages et beaux. L'empreinte humaine s'est rendue discrète, respectueuse des cycles naturels. À deux heures de route (maximum) des grandes agglomérations lyonnaise et clermontoise, nous ne percevons rien de la pression économique qui modèle les paysages urbains. Au contraire, les cieux immenses et changeants sont une invitation à sortir s'ébrouer par tous temps, un appel du large. L'ensemble éveille les sens et la part instinctive de notre nature. Pour nos trois sportifs, cela ne fait pas un pli : l'activité sportive de plein air entretient le corps mais aussi la santé mentale. « Le sport est un super antidépresseur, c'est énergisant et ca permet d'évacuer le stress », confie Sandrine qui, à 50 ans, se sent en pleine forme. « Dès que je monte sur le vélo, ça me libère », confie Alexis. Quant à Mathieu, il conçoit l'être humain comme une totalité « en mouvement, peu importe le rythme ou l'intensité » et il n'est qu'à l'écouter parler cinq minutes pour se sentir en meilleure forme.



### CULTURE SPORTIVE ET COMMUNAUTÉS

Outre le cyclisme – une famille foisonnante de pratiques diverses et variées – il existe de nombreuses communautés sportives de plein air au sein desquelles se transmettent les passions d'une génération à l'autre. C'est le cas d'Alexis Filliat que nous avons déjà évoqué, mais aussi de Mathis Petitclerc, 12 ans et déjà passionné par la pêche sur un territoire regorgeant de terrains de jeux : ruisseaux, rivières de montagne et plans d'eau. Une variété de milieux idéale pour peaufiner sa pratique et dénicher truites, ombres, fritures d'ablettes et goujons dans les eaux claires et enviées de la Dore.

Nombre de jeunes construisent leur réseau d'amis principalement autour d'une activité qui a été transmise au sein des familles. Mathieu Debarges décrit « une vraie dynamique, une vraie énergie » et va jusqu'à dire : « Même si vous êtes allergique au sport, en vivant ici, vous allez vous y mettre, c'est obligé. Il y aura toujours quelqu'un pour vous entraîner ». Sandrine Sauret a trois enfants qui tous font du sport et souvent en plein air – course à pied, tennis, paddle. Elle-même associe immédiatement sa pratique sportive aux amis, « une bonne bande de copains » et aux « équipes de bénévoles exceptionnels » qui rendent possible la vie des clubs locaux. Le sport de pleine nature, une culture locale ?

66

Nous avons une chance folle de vivre sur un territoire qui offre des potentialités énormes de pratique sportive de plein air.

Mathis Petitclerc,

JEUNE PÊCHEUR (12 ANS)
LICENCIÉ À L'ASSOCIATION
AGRÉÉE DE PÊCHE ET DE
PROTECTION DES MILIEUX
AQUATIQUES DU LIVRADOIS
(AAPPMA)

"ai attrapé mon premier poisson il y a deux ans. C'était une perche-soleil.

J'étais allé au plan d'eau d'Ambert avec Papi. Le lendemain, j'ai voulu y retourner. Et on y est retourné. En vrai, si je pouvais y aller tous les jours en sortant de l'école, je le ferais. Ensuite je suis allé pêcher seul des fois, puis avec Papi à l'étang de Brugeailles : là-bas, il y a moins de poissons nuisibles et plus de carpes. Papi dit que la qualité de l'eau est exceptionnelle. Maintenant j'y vais dès que j'ai l'occasion avec lui, et je suis inscrit à l'atelier pêche du mercredi après-midi. On est neuf, et je me suis fait de nouveaux amis.

Ce que j'aime dans la pêche, c'est les poissons. J'aime bien les attraper. Maintenant j'ai un peu plus de matériel. Des fois mon père prend mon équipement pour aller pêcher et je n'aime pas trop ça. Mais bon, ça va. Lui aussi il pêchait quand il était jeune. C'est pour ça. Maintenant il ne peut plus trop y aller à cause des travaux dans la maison, mais peut-être qu'on ira tous les deux plus tard. »



APRÈS L'EFFORT, LE RÉCONFORT

Aucune des personnes interrogées ne mentionne de difficulté pour l'accès aux soins, ou aux équipements pour la préparation et la récupération physique. Mathieu estime que les services et les infrastructures sont suffisants. « Il y a une piscine avec un sauna, un médecin du sport sur Ambert et quelques consultations d'ostéopathes. »

Et Mathieu précise : « Ici aussi, il y a une salle de fitness ! » Les cours collectifs donnés sur place contribuent au renforcement musculaire et permettent de bien préparer le corps à des efforts plus soutenus ou à une pratique individuelle. Pour le coach sportif, le sur-effort n'est pas productif : « Il faut tout faire raisonnablement, sans excès. Chacun son rythme, ses moments. L'avantage du sport de plein air, c'est justement qu'il n'y a pas de contrainte de cours ni d'horaires. » Bon, eh bien, y'a plus qu'à.

ous avons acheté en avril 2023. En attendant la fin de l'année scolaire, nous venions les week-ends pour nous acclimater peu à peu. À 2 heures de Lyon, on entre dans un autre univers. Là, nous avons découvert que nos voisins avaient déjà un double des clés de la maison. Ça nous semblait fou... en ville on attache son vélo à double tour, on le rentre le soir... On leur a laissé du coup. Ils nous ont aidés alors qu'on n'était pas même installés.

Il y a eu un autre événement marquant. C'était le 24 juin, jour de la fête de la Gare de l'Utopie. Ce tiers-lieu est situé tout près de la maison. Nous étions venus de Lyon avec des amis et là, comment dire, nous étions comme des poissons dans l'eau. Nous l'avons vu dans les yeux de nos amis. Nous avons passé une si excellente soirée qu'on a senti qu'ils pourraient eux aussi réfléchir à venir vivre ici. Nous avons échangé nos numéros avec les personnes rencontrées et nous avons commencé à nous appeler alors que nous ne vivions pas encore sur place! Cette sensation d'être déjà chez nous avant d'emménager, c'était magique.

Nous qui avions peur de perdre le foisonnement culturel et associatif de la ville, au final, c'est l'inverse : en ville on est noyé dans la masse

Au collège comme à l'école, l'ambiance est familiale, l'équipe est dynamique, nos enfants sont bien identifiés. alors qu'ici on s'identifie les uns les autres. On est loin des préjugés sur les ruraux et les Auvergnats... Il se passe plein de choses tout le temps. C'est plein de surprises, les gens se mélangent.

En octobre, je me suis demandé : une fois l'enthousiasme de l'été passé, est-ce que ça va aller ? Alors les couleurs de l'automne sont arrivées, et j'ai vu que ça allait être tellement magnifique! Nous avons acheté une maison de plain-pied à l'orée du bois. La nature a tant de secrets à découvrir.

Quand nous vivions à Lyon, nous passions par Thiers pour arriver à Clermont-Ferrand où nous allions voir des amis. C'est en faisant la route que nous avons découvert le Livradois, ses paysages verdoyants et vallonnés. Il était clair pour nous qu'un jour nous quitterions la ville. Mon mari vient du Burundi, lui aussi a grandi dans un village et, avec les enfants, nous aspirions à un cadre de vie apaisé, avec plus d'espace. Le Livradois lui rappelait les paysages de son enfance. Ça lui a tout de suite parlé. À l'été 2022, quand toutes les terres étaient brûlées, le Livradois restait vert et frais. Les paysages ont beaucoup compté.

Quand nous avons commencé à regarder les offres et que nous avons vu les possibilités qui s'offraient à nous sur ce territoire pour le même budget, on s'est décidé à visiter quelques maisons. Et là, c'est allé assez vite. Nous avons acheté la troisième que nous avons vue. C'était un coup de cœur.

Pour la suite, nous allons voir... Mon mari est accompagnant éducatif et social, un métier où les conditions d'exercice sont souvent frustrantes. Nous avons entendu parler de l'accueil familial et social, et le Puy-de-Dôme est un terrain propice au développement de ce projet. Dans un premier temps, je vais soutenir mon mari et me consacrer aux travaux de la maison. De mon côté, je pense à l'agrément de famille d'accueil. Peut-être, un jour. Ça donnerait une autre dimension à notre projet d'accueil.

Mélanie

30 DÉCEMBRE 2020.
UN GROS CAMION
S'EMBOURBE DANS
LA NEIGE À SAINTBONNET-LE-CHASTEL.
REMPLI DE CARTONS
ET DE MEUBLES,
IL ROULE EN DIRECTION
DE PONT NEUF.

66

n n'a jamais douté. Même quand le transporteur de « tiny houses » a failli accrocher les branches et qu'il a fallu monter à 15 mètres de haut pour les couper à la tronçonneuse – enfin si, un peu quand même. Heureusement qu'un voisin a proposé son aide à Olivier! Bien sûr, nous avons eu des frayeurs un peu tout le temps. Et surtout, aucune banque n'a suivi. Mais le projet était mûr et nous avions fait, bien en amont, un travail sur nos convictions personnelles et professionnelles.

Nous avions tracé un cercle sur la carte de France: nous recherchions un lieu avec un fort potentiel à 2 heures de Lyon pour notre projet de vie. Nous en avions déjà visité une douzaine quand nous sommes arrivés sur le domaine de l'ancienne scierie, ici, à 850 mètres d'altitude au cœur des bois du Livradois. Au début, j'étais rebutée par le volume des travaux, mais Olivier a vu tout le potentiel du lieu qui, c'est vrai, correspondait en tous points à nos attentes.

Il y a 4 hectares de terrain arboré, une rivière – La Dolore – son bief et deux bâtiments anciens incluant l'ancien moulin. C'est le calme absolu. Juste le bruit de l'eau, le chant des oiseaux, du vent dans les branches... Nous avons entrepris un chantier de réhabilitation complète avec des artisans locaux, des matériaux nobles, un design élégant, pour conserver la simplicité et l'authenticité du lieu tout en le magnifiant. Et nous avons ouvert La Tête Au Vert!

Nous accueillons des cadres dirigeants qui veulent bénéficier d'un lieu off le temps d'une réflexion stratégique. Ils sont nourris, logés, coachés. Le projet et le lieu sont indissociables. Nous pensons que la connexion à la nature change l'issue de la conversation. Nous croyons à la conversation. Ici, c'est un huis clos. Il y a internet et la 4G bien sûr, mais on est retiré du monde. C'est un genre de lieu secret. Parler d'une problématique sous les bouleaux – en suivant la serre et les allées qui découvrent des coins propices, des sculptures en bois, des petits salons – mène à des conclusions

On a rencontré plus de gens en trois ans ici qu'en dix ans à Lyon. Mais les locaux ne veulent pas nous donner les coins à champignons et on en ramasse moins qu'eux!

intéressantes. Nous n'aurions pas pu faire le projet dans une tour à Montparnasse, car nous sommes persuadés que le lieu influence la résolution de la problématique. Un temps long est nécessaire à l'examen des choses en profondeur. Dès leur arrivée, les cadres sont sous le charme du lieu qui opère une certaine magie. On peut dire que le lieu fait 50 % du travail.

C'est un lieu souple aussi. Aussi bien l'intérieur que l'extérieur peuvent se prêter à différents usages. Pour l'instant, nous développons les séminaires d'entreprise, mais il y a également dix-sept couchages pour de la location touristique. Nous l'avons fait pour nous aussi. On se projette. C'est un lieu inspirant qu'on a envie de partager. Le projet personnel et le projet professionnel sont complètement mêlés. L'ensemble est résilient. Olivier a gardé son entreprise à côté. On se voit développer l'ensemble sur les dix ou vingt prochaines années de façon harmonieuse.



## Bien-être et sororité

### À VAI CIVIÈRES

« Le plus grand secret pour le bonheur, c'est d'être bien avec soi. » C'est sur cette citation de l'écrivain français Bernard Fontenelle que se dévoile l'univers d'Équilibre en soi. Dans un tipi au milieu des bois à Valcivières ou à domicile dans le secteur d'Ambert, Charlène propose un grand nombre d'activités autour du ressourcement : massage ayurvédique, réflexologie plantaire, yoga, mais aussi rituel de passage mexicain (Rebozo)... Au programme, des temps d'échanges riches et bienveillants au sein d'un cercle de femmes réunies une fois par mois. Il est grand temps de s'offrir le bonheur!

www.equilibre-en-soi.com



Effet coupe du monde (ou pas), la pratique du rugby à 5 voit le jour à Cunlhat! Avec ce format plus accessible - effectif réduit, sans plaquage, mixte et praticable sur différents terrains - l'association Rugby Pays de Cunlhat entend bien démocratiser la pratique du rugby sur le territoire. Le projet est quant à lui impulsé par Françoise Grill, épouse du président de la Fédération française de rugby et concrétisé grâce à l'énergie de la municipalité : on n'est pas peu fiers!

Rugby Pays de Cunlhat

# La Ptit Chaise

Cuisine faite maison, produits locaux, plats typiques du Nord (le samedi), accueil chaleureux, déco soignée... Voilà ce que propose cette famille venue de Dunkerque dans leur restaurant La Ptit' Chaise. à Viverols.

Ouvert tous les jours, sauf le mercredi. 09 63 57 41 90



Marie-Neige, institutrice à Ambert, a vendu sa voiture pour se déplacer uniquement à vélo cargo. Courses, travail, loisirs, tout y passe et par tous les temps. Tatiana a elle aussi adopté le vélo pour ses trajets du quotidien sur le territoire, et plus encore! Elle a adapté son destrier pour pouvoir sillonner les routes de l'île de Ré avec sa fille en situation de handicap. À vélo tout est possible!

### intergénérationnelle à Domaize

Il fallait y penser! Soucieuse de l'hébergement des personnes âgées, Florence Lorcerie-Fayolle a finalement décidé de transformer ses chambres d'hôtes à la ferme, à Domaize, pour proposer aux seniors de vivre autrement : en colocation, dans un petit coin de paradis nommé Coqcooning. Depuis le lancement du projet il y a un peu plus d'un an, trois retraités ont élu domicile dans cet ancien bâtiment agricole de l'exploitation entièrement rénové. Un jeune homme a également rejoint l'aventure, contribuant ainsi à faire de cet endroit une colocation intergénérationnelle. Un bel exemple de vivre-ensemble!

## Une référence haute couture

### POUR NOS AMIS LES CHIENS!

Des vêtements canins de luxe made in Saint-Bonnet-le-Bourg : c'est le pari incroyable de Nadine Forrer qui lance la marque Ortanse et Sidonie. Son leitmotiv : proposer des produits de qualité, confectionnés avec soin à partir de matières nobles. La marque commercialisera en premier lieu des manteaux, façonnés dans des tissus d'Écosse et de France. Pour l'hiver, le célèbre tweed Harris des îles « Outer Hebrides » tissé à la main - 100 % pure laine vierge ; et pour la mi-saison, un tissu provenant exclusivement d'Alsace qui donnera vie à la collection Marine. Côté savoir-faire, on peut difficilement imaginer plus local : Milla, couturière ; Simon, ébéniste (fabrique les patrons en bois) ; Léo, musicien (réalise la signature sonore de la marque); Hugo, vidéaste (signe le clip promotionnel); Jessica, sérigraphiste et Mélinée, en charge de la communication, habitent tous le village. Un véritable collectif d'Ambert Livradois Forez!

Pensés et adaptés à la morphologie des petits chiens (pour l'instant), les vêtements Ortanse et Sidonie seront disponibles prochainement à la vente en ligne, alors qu'ils ont déjà trouvé preneurs dans un magasin à Washington. Ça promet!

En attendant un site web dédié, retrouvez Ortanse et Sidonie sur Instagram, Facebook et Etsy.



### À VOUS DE JOUER!

Parce qu'on ne joue jamais assez, ce n'est pas une, mais bien deux boutiques de jeux de société qui ont récemment vu le jour à Ambert. Chez Jeux l'crois pas et Ludo'vergne, vous jouez sur place, vous empruntez ou vous achetez, à vous de choisir!

### Jeux l'crois pas

23 rue de la République Du mardi au samedi de 9h30 à 18h

Jeux l'crois pas

### Ludo'vergne

31 rue du Château Du mardi au samedi de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h30

Ludo'vergne

## L'Épicurieux

### **A BERTIGNAT** Avis aux curieux!

Arnaud et Émeline ont posé leurs valises à Bertignat pour faire revivre le multiple rural de la commune. De bons vins. des plats savoureux, des soirées à thème, une épicerie et des produits régionaux, L'Épicurieux vous accueille dans

09 67 01 00 61

L'Epicurieux. Bertignat

un cadre familial et convivial.

## **ET SI ON CHANTAIT?** Une envie soudaine de pousser la chansonnette? Ça tombe bien, des chorales fleurissent un peu partout sur le territoire... Cunlhat, Ambert, Saint-Bonnet-le-Bourg, Saint-Bonnet-le-Chastel, Marsac-en-Livradois, Églisolles ou encore Saint-Clément-de-Valorgue, il y en a forcément une près de chez vous!

# arte à la bouillie "de ma grand-mère"

À CONDAT-LÈS-MONTBOISSIER

### Ingrédients pour 6 personnes:

### Pour la bouillie :

- 1 demi-litre de lait de la ferme ou entier
- 60 g de sucre
- 60 g de farine
- 10 g de beurre
- 1 sachet de sucre vanillé

### Pour la pâte brisée :

- 250 g de farine
- 125 g de beurre
- 10 cl de crème entière
- 80 ml d'eau
- 1 jaune d'œuf
- 1 sachet de sucre vanillé

Pour un délicieux dessert d'hiver, voici une recette traditionnelle du Haut Forez que l'on retrouve dans les cahiers d'école de nos arrière-grand-mères...

### Préparation de la bouillie

Faire bouillir les ¾ du lait avec le sucre, le beurre et le sucre vanillé. Verser le mélange du quart de lait restant + la farine dans le lait bouillant, et cuire en remuant iusqu'à ébullition.

### Préparation de la pâte brisée

Incorporer l'eau tiède au mélange farine - beurre sucre. Pétrir du bout des doigts jusqu'à ce que la pâte ne colle plus. Incorporer le jaune d'œuf et la crème. Laisser reposer 1 heure.

### Faconnage de la tarte

Étaler la pâte dans un moule à tarte en prenant soin de faire des bords assez hauts. Verser la bouillie et l'étaler de façon homogène. Cuire 30 min à 190°C.

Saupoudrez de sucre à la sortie du four, dégustez froid!



## **Une formation** haut niveau

### POUR NOS ATHLÈTES CYCLISTES

En écho au succès du premier Pôle Performance de Cyclisme Féminin implanté à Chambéry, un pôle identique a ouvert ses portes en septembre dernier au lycée Blaise Pascal à Ambert. Ce centre de formation apporte aux jeunes athlètes une aide logistique, matérielle et sportive afin qu'elles disposent des moyens adéquats pour progresser vers le haut niveau, tout en réussissant leur parcours scolaire. Deux athlètes ambertoises bénéficient pour l'instant de ce dispositif : Cléa - en classe de seconde - et Amalia - en terminale. Leurs mercredis après-midi et les mardis et jeudis à partir de 16h sont consacrés aux entrainements, encadrés par leur coach Amandine, qui s'est installée sur le territoire pour l'occasion.



kilomètres de pistes balisées pour pratiquer le ski de fond et les raquettes.

Pas glissé, pas de patineur, pas de monté... Il ne reste plus qu'à pratiquer!

## COMPLEXE

## SPORT ET LOISIRS

À AMBERT

David Bost, agent immobilier et habitant du territoire, en a toujours rêvé... Son projet de complexe sportif et de loisirs est sur le point de se concrétiser ! Dès le mois de mars, un espace de 500 m² flambant neuf, accueillant une salle de fitness et des espaces dédiés aux cours collectifs, ouvrira ses portes à Ambert sous l'enseigne Elancia. Mais David voit plus grand encore pour son complexe! D'ici 2025, un centre de bien-être, un bowling, une salle d'ambiance musicale, une salle de jeux pour enfants, un Food truck et une activité de tir à l'arc (où la peinture remplace les flèches) viendront étoffer l'offre. On a hâte!

### **Après Paris** et New York, La Chaulme!

Au départ, Ceysson & Bénétière, c'est une galerie d'art moderne et contemporain basée à Paris, New York, Luxembourg, Saint-Étienne, Lyon et Genève. Pour donner vie à leur tout nouveau projet, une résidence d'artiste inaugurée au printemps 2023, les 2 galeristes ont choisi La Chaulme. C'est au vert, dans une ancienne ferme entièrement rénovée, que des artistes français et internationaux (plasticiens, écrivains, etc.) peuvent désormais venir créer. Mais ce n'est pas tout! Une salle d'exposition permanente permet de découvrir les créations issues de leur séjour. En ce début 2024, c'est Tomona Matsukawa, artiste iaponaise résidant actuellement à Kvoto qui aura le privilège de venir créer sur Ambert Livradois Forez!

© ceysson\_benetiere Ceysson & Bénétière



# "Que ta volonté

Le ton est donné par l'association Cure Tujurs! Tous les vendredis soir, elle organise des événements festifs et participatifs au Café de la Cure, à Cunlhat. À la fois bar et salle de concert. le lieu prend vie pour vous servir ses bières artisanales dans un esprit de fête.





### **COMMUNAUTÉ DE COMMUNES**

15 avenue du 11 Novembre, 63600 Ambert 04 73 72 71 40

accueil@ambertlivradoisforez.fr

www.ambertlivradoisforez.fr

- Ambert Livradois Forez
- Pep's Ambert Livradois Forez
- ambertlivradoisforez
- in Communauté de communes Ambert Livradois Forez

### AURÉLIEN FAIVRE-DUBOZ p4

Masseur kinésithérapeute, couvreur-zingueur 06 66 97 62 79

### ASSOCIATION 10 SOLUTIONS P4

www.10solutions.fr

10 Solutions

### J'PEUX PAS. J'AI CIRK P8

Roland TOURIL

07 81 44 88 32

J'peux pas. J'ai cirk.

### PARC D'ACTIVITÉS DE MONTAGNE DE PRABOURÉ p12

www.praboure.fr

Parc d'Activités de Montagne de Prabouré

### UNION CYCLISTE AMBERT AUVERGNE p12

(Ex-Cyclo Club les Copains et Vélo Club Ambertois) 04 73 82 60 44

info@uc2a.org

### AAPPMA DU LIVRADOIS p14

Association agréée de pêche et de protection des milieux aquatiques www.peche-ambert.fr

### GARE DE L'UTOPIE p16

04 73 95 28 67

Gare de l'Utopie

### LA TÊTE AU VERT p18

www.lateteauvert.com

La Tete au Vert

in La Tête au Vert

### **COURIR EN LIVRADOIS-FOREZ**

www.clf-ambert.fr

Gourir en Livradois Forez

# On reste en contact

Ce magazine a été conçu par et pour les habitantes d'Ambert Livradois Forez La Communauté de communes anime ce projet, le porte financièrement et c'est tout!