#130

lemag

ÉVASION / AVRIL 2014 / GRATUIT

HORS SÉRIE

NEW GENERATION

Lemag évasion

vous réserve une surprise !

Flashez ce Code

Pour lire les QR CODE
vous pouvez télécharger

QRDROID

Available on the App Store

ANDROID APP ON Google play

ÉDITO NEW GENERATION

Interdit au plus de 35 ans, pour son nouveau numéro Hors-Série, LE MAG se penche sur la New Génération qui, sans crier gare, est venue bousculer les habitudes et les frilosités du microcosme carcassonnais, non pas pour sacrifier à la tyrannie de la mode du jeunisme où il faut rester jeunes et lisses à tout prix, non tout simplement pour redistribuer les cartes d'un enjeu à la lisière de l'économie, du sport, de la culture, du vivre dans de nouveaux repères qui font notre ville aujourd'hui avec ou sans la crise, pour prouver que ce sont pas toujours les nostalgiques qui secouent le cocotier. Il y eut un temps où les jeunes n'entreprenaient rien sans le conseil des anciens et voilà qu'aujourd'hui ils vont seuls comme des grands et décident comment résister à ce monde de la 4G, de Facebook, de la musique électronique et qui vient nous faire tweeter en 140 signes l'ordre nouveau. Les générations se bousculent, éternelle lutte des anciens et des modernes, ce qui en fait aussi une certaine solidarité. On cherche toujours à réinventer un présent ne serait-ce que pour idéaliser un passé perdu et vous serez surpris d'y retrouver ce mélange de styles. Il y a ceux qui essaient de se faire connaitre via les nouveaux outils numériques et ceux qui préfèrent se constituer une réputation à « l'ancienne ». Une société qui se passe de ses anciens est une société qui perd la mémoire : pour ne pas oublier que pour innover il faut se souvenir. Donc un numéro HORS-SERIE NEW GENERATION, Le MAG convoque à sa manière les moins de 35 ans à travers plus d'une centaine de portraits, ça ne se veut pas l'allure d'une galerie mais plutôt un immense puzzle qu'à votre guise vous pourrez reconstituer. Tout bien réfléchi la New Génération est hors mode et a l'avenir pour elle ! Salut et à bientôt

Christian Burgos

lemag

16 rue de l'Aigle d'Or
T.04 68 71 50 58
F. 04 68 11 25 69

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION :
Alain Andrieu
alain.andrieu4@wanadoo.fr

COORDINATRICE :
Joëlle Olivier

ASSISTANTE :
Françoise Colmard

STAGIAIRE :
Agathe Assemat

CONSULTANTS :
Christian Burgos, Chloé Ansel, Christiane Mortès HB Management, Georges Gracia, Jean-Paul Chaluleau, Caroline Valenti

PHOTOS :
Alain Machelidon T. 04 68 47 13 54
Claude Boyer & Christophe Barreau *(L'Indépendant)*

MAQUETTE :
L.Charles T. 06 63 12 02 83

IMPRESSION :
Antoli Impression T. 04 68 47 84 30

www.magevasion.com

LES HALLES CENTRALES

CARCASSONNE

ACCUEIL ▪ QUALITÉ ▪ PROXIMITÉ

LES COMMERCANTS DES HALLES CENTRALES À VOTRE SERVICE

De G. à D. : Arnaud Gilbert, Boucher ▪ Benet Paquerette, Charcutière ▪ Bareil Patrick, Boucher
My My, Traiteur ▪ Lagrange Sébastien, Café ▪ Géraud Montagné et André, Poissonnier

LES HALLES CENTRALES

CARCASSONNE

ACCUEIL ▪ QUALITÉ ▪ PROXIMITÉ

LES COMMERCANTS DES HALLES CENTRALES À VOTRE SERVICE

De G. à D. : **Franc Sandrine, Volaillère** ▪ **Bousquet Nicolas, Fromager** ▪ **Villemagnol Corinne, Charcutière Deville - Chabrol Philippe, Charcutier** ▪ **Jacquet Stephan, Huîtres** ▪ **Franc Thierry, Tripier**

LES HALLES CENTRALES

CARCASSONNE

ACCUEIL ▪ QUALITÉ ▪ PROXIMITÉ

LES COMMERCANTS DES HALLES CENTRALES À VOTRE SERVICE

De G. à D. : Campaci Jean-Pierre, Boucher ▪ Signorel Marc, Poissonnier ▪ Godement, Elisabeth Sens, Volaillère
Gayraud Yves et Nicole, Charcutiers et Fromagerie ▪ Sympa Poulet Yannick , Volailler
Moreno Patrick, Tripier

Sananes

30 ans d'Auto !

Cela fait 3 décennies que la famille Sananes s'est installée au Pont Rouge dans le secteur de l'automobile . C'est en 1984 que Gérard Sananes ouvre le garage Auto Loisirs avec la concession Honda. Il développera de façon prodigieuse la marque japonaise pendant plus de 20 ans avant de passer le flambeau à son fils David qui exploite le réseau Distinxion, le centre auto Midas et la concession Subaru. Retour en image sur cette saga de 30 ans d'auto.

13 avril 1984, Gérard Sananes ouvre Auto Loisirs Honda au Pont Pouge.

Décembre 1987, la formule 1 Honda d'Alain Prost est présentée au foyer de Pennautier en présence de Roland Alvaro, Christian Bourrel maire de Pennautier et Gérard Sananes.

1988, Salon de l'Auto au Dôme en premier plan Gérard Sananes et son staff au stand Honda.

1988, Grand prix du Brésil, David et Gérard Sananes rencontrent Alain Prost.

Décembre 2011, devant plus de 400 personnes Gérard Sananes passe la main à ses 2 fils David et Thomas
(ce dernier développe King Jouet au Pont Rouge).

2014, Le garage aujourd'hui

ANOUCK ANDRÉ

28 ANS

Joyeuse, relax, trop sympa, cool de chez cool, on a du mal à croire qu'elle a été inventée par Internet, on l'aurait plutôt imaginée perdue dans des jeux interdits, la guitare en bandoulière « Guitariste Heroe » à épater un monde de machos. Anouk André, nouvelle virtuose de la guitare révélée par la toile, elle a gagné sa notoriété en publiant des vidéos sur le web. Elle s'envolera pour Los Angeles la cité des Anges pour le prestigieux salon professionnel NAMM, ça va le faire, pour notre virtuose, reconnaissance du public et des marques en vue. Elle est pas belle la vie !! Une interview New Generation s'imposait pour une création d'Internet. Décryptages en solo majeur.

Clé USB ou clé de sol ?
Clé de sol forcément !

Le shopping sur Internet ou trainer dans les boutiques ?
Un peu les deux, mais c'est vrai que c'est devenu tellement facile avec Internet.

Steve Jobs ou Indiana Jones ?
Steve Jobs, à la fois pour la simplicité et l'innovation de ses produits ainsi que pour sa détermination.

YouTube ou séries américaines ?
Séries en général, américaines oui, telles Homeland, Breaking Bad, Weeds, Treme, mais aussi anglaises, comme Shameless, Misfits et Utopia.

Daft Punk ou David Guetta ?
Aucun des deux, mais à choisir ça serait Daft Punk.

Mathieu Chedid ou Thomas Dutronc ?
Un peu les deux, ce sont tous les deux d'excellents musiciens, M a une réelle personnalité Rock déjantée et Thomas Dutronc est un excellent musicien de Jazz.

Compte Twitter ou conte de fées ?
Conte de fées à fond ! En chaque fille sommeille une princesse non ? J'ai posé une enchère sur ebay, sur un Prince Charmant…on verra bien ce que ça donne.

Pile ou Face ..book ?
Facebook ! Après l'avoir boycotté pendant les premières années, finalement Facebook a eu raison de moi. À consommer avec modération quand même.

Julie Gayet ou Valérie Trierweiler ?
Valérie Trierweiler, pour son humour décapant, sa classe et son implication pour des causes humanitaires.

Une devise pour 2014 ?
J'aime bien « Work hard and be nice to people », Travailles dur et sois gentil avec les gens, ça résume assez bien ma façon de voir les choses.

Qui aimeriez-vous épater en 2014 ?
Je ne sais pas trop, ce n'est pas dans ma nature d'essayer d'épater qui que ce soit. Peut-être mon banquier ?

2013 / 2014

THÉÂTRE JEAN-ALARY
AUDITORIUM

TÉL.04 68 77 70 99 - 04 68 25 33 13 WWW.CARCASSONNE.ORG/THEATRE
reservation@mairie-carcassonne.fr

AVRIL 2014

Vendredi 4 20H30 SPECTACLE MUSICAL
TOUT OFFENBACH OU PRESQUE

Samedi 5 20H CONCERT
MAXIME LE FORESTIER

Vendredi 11 20H30 THÉÂTRE
ANTIGONE par la Comédie française

Dimanche 13 17H THÉÂTRE MARIONETTES
PINOCCHIO,
HISTOIRE D'UN COUP DE LATTE
Cie les Philosophes Barbares
JEUNE PUBLIC

Jeudi 17 20H30 THÉÂTRE
THÉ À LA MENTHE OU T'ES CITRON ?
De Danielle Navarro-Haudecœur
et Patrick Haudecœur

Jeudi 24 20H30 CONCERT
LES 7 DERNIÈRES PAROLES
DU CHRIST EN CROIX
Quatuor Cordes et Ames
LES JEUDIS DE L'AUDITORIUM

MAI 2014

Jeudi 15 20H30 CONCERT
TRIO D'ANCHES
LES JEUDIS DE L'AUDITORIUM

SEMAINE DE JAZZ

Mardi 20 20H30 CONCERT
LOUIS ARMSTRONG TRIBUTE

Mercredi 21 20H30 CONCERT
DANIEL SIDNEY BECHET
JAZZ GROUP

Jeudi 22 20H30 CONCERT
KENNY WAYNE'S
«FATS DOMINO TRIBUTE»

Vendredi 23 20H30 CONCERT
GUY MARCHAND

VILLE DE CARCASSONNE

CONCERT À DEUX PIANOS

LOUIS ARMSTRONG TRIBUTE

DANIEL SIDNEY BECHET
JAZZ GROUP

KENNY WAYNE'S
«FATS DOMINO TRIBUTE»

GUY MARCHAND

SEMAINE DU JAZZ

JEAN-BAPTISTE ANDRIEU

C'est l'hiver de la confirmation pour Jean-Baptiste Andrieu. Dans la catégorie U 16, il est monté sur la troisième marche du podium au championnat des Pyrénées. Cette médaille illustre sa belle saison. Le Carcassonnais avait été sacré champion l'an dernier, alors qu'il n'était que première année de sa catégorie d'âge ! Pur produit du Ski-club audois, il n'avait que 5 ans quand il a reçu le prix du meilleur jeune, lors du grand prix de la marmotte à Ax-les-Thermes. Il était le plus petit des 120 skieurs participant à cette course. Depuis, sa progression a été rectiligne, dans la foulée de son grand-frère Jean-Matthieu, plus âgé de trois ans. Régulièrement sacré champion de l'Aude, il a trusté les podiums pendant des années, au fur et à mesure qu'il grandissait. Depuis, il a rejoint le pôle de Font-Romeu, une structure qui lui permet de poursuivre sa marche vers les sommets. Sélectionné pour le championnat de France minime, il a participé aux deux premières étapes.

16 ANS

FANNY ET DANIEL ANTUNES

Voilà tout juste deux ans que Fanny et Daniel Antunes ont racheté une petite entreprise de carrelage et de construction de piscine traditionnelle basée à Moussan. Tout deux âgés de 30 ans, ces deux entrepreneurs ont la passion de leur métier. Une passion et une envie de « retrouver le soleil » que Fanny, originaire de Perpignan, connaît bien, après de nombreuses années passées en région parisienne. Des années qui ont permis à ce couple d'acquérir de nombreuses compétences, notamment au sein de l'entreprise Bouygues, respectivement aux ressources humaines pour elle et en tant que conducteur de travaux pendant huit ans pour son mari, ingénieur en bâtiment. Des compétences qu'ils ont ensuite décidé de mettre à leur profit pour démarrer une nouvelle vie, une nouvelle expérience, sans jamais quitter ce secteur du bâtiment qu'ils connaissent si bien. Et qu'ils adorent, même s'ils déplorent une méconnaissance de leur métier par le public, et souhaiteraient que les métiers du bâtiment soient plus valorisés. Une réussite pour ce couple, qui, aujourd'hui, emploie deux salariés au sein de son entreprise, qui semble avoir de beaux jours devant elle.

30 ANS

BERNARD ARTHOZOUL

C'est un parcours des plus atypiques que celui de Bernard Arthozoul. A l'origine, rien ne prédestinait ce jeune gérant de l'entreprise Froid Elec de Quillan vers le monde de l'électricité générale... Car celui qui officia en tant que 3e ligne centre au sein de l'équipe jeunes du Castres Olympique, ne se destinait pas forcément à la reprise de l'entreprise fondée par son père en 1995. Et pourtant, la vie a fait que ce passionné du ballon ovale est revenu sur les terres de son enfance il y a un an, pour reprendre l'entreprise qui fonctionne aujourd'hui avec 6 personnes. Avec toutefois un atout de taille, un BTS en négociations et relations clients obtenu à Castres, qui lui permet aujourd'hui de gérer au mieux les affaires de la société qui donne à la fois dans la climatisation, le chauffage, la pose d'alarmes et les automatismes. Une activité complétée par la vente et le dépannage dans l'électroménager. Ce travail de proximité a d'ailleurs été récompensé par l'obtention du label Qualif-élec et du label RGE (reconnu grenelle de l'environnement), qui distingue les entreprises et artisans respectant une charte de qualité exigeante en matière de développement durable. Un « must » pour cette petite entreprise qui rayonne aujourd'hui sur une quarantaine de kilomètres autour de la cité des Trois Quilles.

25 ANS

Votre espace Audi à Carcassonne

Nouvelle sensation urbaine.
Audi A1 Urban Sport

À partir de 259 €/mois avec apport*.

3 ans de garantie inclus**. Forfait Service Entretien inclus***.

Location longue durée sur 36 mois. 1er loyer 2 999 € et 35 loyers de 259 €.
Offre valable du 1er janvier au 31 mars 2014.

*Exemple pour une Audi A1 1.2 TFSI 86 ch BVM5 Urban Sport en location longue durée sur 36 mois et pour 30 000 km maximum, hors assurances facultatives. L'Audi A1 Urban Sport est une série limitée. **Garantie 2 ans + 1 an de garantie additionnelle incluse. Offre réservée aux particuliers chez tous les Distributeurs présentant ce financement, sous réserve d'acceptation du dossier par Audi Bank GmbH – SARL de droit allemand – Capital 318 279 200 € - Succursale France : Paris Nord 2 - 22 avenue des Nations 93420 Villepinte - RCS Bobigny 451 618 904 - ORIAS : 08 040 267 (www.orias.fr) et dans la limite des stocks disponibles. ***Forfait Service Entretien obligatoire souscrit auprès d'Opteven Services, SA au capital de 365 878 € - RCS Lyon B 333 375 426 siège social : 35-37, rue Guérin – 69100 Villeurbanne. Volkswagen Group France S.A. – RC Soissons B 602 025 538. Audi recommande **Castrol EDGE Professional**. Vorsprung durch Technik = L'avance par la technologie.

Consommation en cycle mixte (l/100km) : 5,1. Rejets de CO_2 (g/km) : 118.

Audi
Vorsprung durch Technik

Cap Ouest Automobiles SAS
Rue Gustave Eiffel - La Ferraudiere 3 - 11000 - Carcassonne - 0468111818

LENA ATTIAS

Ses premiers skis, elle les a chaussés à trois ans ! Comme tous les Carcassonnais, elle est passée par les fameux mercredis à la neige du Ski-club audois. Mais la petite était tellement douée qu'elle a intégré le groupe compétition après une seule année ! Dès 6 ans, elle prenait le départ de ses premières courses. Elle a multiplié les performances, année après année. Avec son entraîneur Franck Ybanez et le responsable compétition Michel Vibes, elle répète désormais ses gammes au pôle ski-études de Font-Romeu. Et récolte de nombreuses médailles sur les pentes des Alpes, où elle a fait ses premières descentes, et des Pyrénées, qui n'ont plus de secret pour elle. Elle a remporté l'or à cinq reprises au championnat de France citadin, dont une cet hiver en slalom, après les victoires en géant et super-géant un an plus tôt. C'est ce qui s'appelle être polyvalente ! L'hiver dernier, elle était même devenue championne d'Europe citadine de Super Géant. Sa technique n'a pas fini de faire des merveilles !

15 ANS

CLÉMENT AUDABRAM

« Marbrier, c'est mon métier ! ». Clément a 26 ans. Il y a 8 ans, en ouvrant son atelier à Carcassonne, il s'inscrivait dans une certaine continuité... Le travail du marbre est un héritage familial qui se transmet chez les Audabram de père en fils depuis 3 générations. Toutefois, l'artisan a dû bosser et faire ses armes. Clément Audabram imagine ses pièces, les dessine. Du monument funéraire à la cuisine déco, il écoute son client, le conseille et donne vie à ses envies. Avec un petit plus : « Mon père l'a toujours fait et je continue à façonner des blocs d'exception, mon but est de surprendre ». Dans l'atelier de Clément Audabram, un marbre vert qui n'existe que dans une carrière, en Italie. Il voulait le travailler, il a été le chercher.

26 ANS

LOÏC BANQUET

C'est un pur produit de l'école carcassonnaise. Loïc a signé sa première licence à 5 ans et demi, et il n'a plus jamais quitté le maillot jaune et noir. C'est en cadets 1 qu'il remporte le titre de champion de France. L'année suivante, il revêt pour la première fois le maillot tricolore, lors de deux matchs en Angleterre. Encore un grand souvenir, avec une victoire d'un point à la clé ! Lors de sa première saison en juniors ; le solide avant frôle le doublé avec ses coéquipiers. Son équipe est privée du titre de champion au nombre d'essais, après une finale homérique contre Lézignan (26-26). Mais l'immense déception sera oubliée dès le samedi suivant, avec une victoire en finale de Coupe. Cette saison-là, Loïc a fait ses débuts avec les seniors, à Brutus, contre Saint-Estève-XIII Catalan. Malgré une nouvelle défaite en finale du championnat, face à ces mêmes Catalans, sa carrière est lancée. Cette saison, le surdoué est régulièrement appelé en équipe une. « Je préfère 3e ligne que pilier, on peut faire jouer les autres », explique Loïc. Après avoir passé un an au pôle espoirs de Sabatier, il termine sa formation au pôle France de Toulouse. Comme son père Thierry qui a joué à Villegailhenc, ou son oncle Frédéric qui a porté les couleurs de l'ASC et Villeneuve-sur-Lot, Loïc ne veut pas s'arrêter en si bon chemin.

19 ANS

SIMPLY CLEVER

ŠKODA

LES JOURS INTELLIGENTS

ŠKODA Fabia Visage

à partir de

10 500 €

SANS CONDITION(1)

- **Climatisation**
- **Jantes alliage 16"**
- **Volant multifonctions**
- **Toit de couleur**

CAP OUEST AUTOMOBILE SAS
rue Gustave EIFFEL Zone La Ferraudière - 11000 CARCASSONNE
Tél. : 04 68 11 18 18

IL Y A TOUJOURS QUELQU'UN DE BIEN DANS UNE ŠKODA.

(1) Prix TTC conseillé au 01/01/14 de la Fabia Visage 1,2 L 60 ch neuve hors option, déduction faite d'une remise spéciale de 3 015 € sans condition de reprise (conditions détaillées chez les distributeurs ŠKODA participant ou sur www.skoda.fr). Offre spéciale non cumulable, aux particuliers en France métropolitaine pour toute commande jusqu'au 30/04/2014 . **Modèle présenté : Fabia Visage 1,2 L 60 ch avec option peinture nacrée (400 € TTC) et phares anti-brouillard (215 € TTC) au prix conseillé de 11 115 € TTC au 01/01/2014 remise déduite.** Simply clever : Simplement évident - Volkswagen Group France - Division Škoda - 02600 Villers-Cotterêts - RCS Soissons B 602 025 538

ŠKODA recommande **Castrol EDGE Professiona**l. www.skoda.fr

Consommations mixtes de la gamme Fabia (l/100km) : 3,4 à 6,2. Émissions de CO_2 (g/km) : 88 à 148.

VINCENT BARBIERI

30 ANS

Autodidacte accompli, bricoleur fils de maçon, Vincent Barbieri est un audois d'adoption, né à Toulouse qui a fêté ses 30 ans cette année. Après voir fait des études générales au lycée Jules Fil de Carcassonne, il débuta sa carrière dans le monde des assurances à Toulouse chez Prévifrance comme stagiaire, puis comme conseiller technico commercial ; Société mutualliste pour laquelle il occupa différents postes et fonctions en Auvergne, en Ariège et dans l'Aude à Carcassonne. En 2010, il devint courtier indépendant en assurance pour particuliers et pour les entreprises (IARD et mutuelle prévoyance) en créant son cabinet BVS Courtage avec sa sœur Sophie, licenciée de l'ENAS. Sa mission première consiste à trouver la meilleure proposition sur le marché par rapport aux besoins assurantiels de ses clients auprès de 20 compagnies, puis de maintenir les tarifs dans le temps. Président des Nouveaux Entrepreneurs Audois depuis sa création à Carcassonne (2011), Vincent fait preuve d'un grand dynamisme tant à la fois dans la constitution d'un réseau d'entraide que de mutualisation des moyens pour les entreprises qui sortent de pépinière. La création du NEA est une réponse à ce constat d'isolement et du manque d'échanges qui existent dans les TPE sur nos territoires.

DORIAN ET ROMAIN BARDOU

25 ANS

Cinq ans séparent les deux frères, pourtant tout laisse à penser qu'ils sont jumeaux tant leur complicité, leur parcours sont similaires. Dorian l'ainé, tout juste 25 ans, a su dès l'âge de cinq ans ce qu'il ferait de son avenir : la même chose que son père, son grand-père, travailler à la propriété viticole. Son amour de la nature, la notion de liberté qu'il éprouve à son contact, ont forgé son choix au fil du temps. Aujourd'hui, il y travaille et son rêve est de monter sa propre cave et ainsi signer ses vins. Romain, le benjamin, à peine 20 ans, admiratif et toujours dans les pas de son grand frère, a de son côté repris la partie oléicole du domaine. Fort de 9 ha plantés d'oliviers sur lesquels il veille attentivement, Romain à son tour ambitionne de créer son propre moulin et vendre toute sa production. L'aventure est belle pour les deux frères qui, chacun dans leur secteur d'activité restent au sein de la propriété familiale et n'ont qu'un seul but : préserver cet héritage dans la continuité. Dorian et Romain deux frères, une aventure commune qui a pour nom « le Domaine des Pères » encrage fort de la famille.

20 ANS

BENJAMIN BEAUX

26 ANS

Il symbolise à la fois l'esprit de combat qui anime le RCNM et l'attachement au club. Benjamin Beaux signe une saison de feu, à l'instar de son cher Racing. Un Racing que le Portelais a choisi il y a de cela plus de 10 ans et auquel il reste fidèle au fil des saisons. Fidèle, au pays de Trenet… Sous le maillot orange et noir, Benjy a été champion de France en cadets B (2001) puis en cadets A (2003), vice-champion de France Reichel (2006). Un apprentissage doré qui l'a conduit très vite en équipe première où depuis, il constitue un rouage essentiel dans le moteur narbonnais. Le genre de joueur qui vous sécurise et qui mouille le paletot à chacune de ses sorties ! Il enchaîne d'ailleurs les titularisations avec la régularité d'un métronome. Troisième ligne de devoir de 1,84 m pour 103 kilos, le rugbyman continue de suivre le tracé d'un de ses exemples, Jean-Marie Bisaro. A 26 ans, Beaux a encore beaucoup de matchs à disputer et de nombreuses occasions d'enflammer le public. Sa fougue et son abnégation crèvent l'écran. Un exemple.

CASINO de GRUISSAN

DIVERTISSEMENTS, JEUX & HÔTEL

© shotsstudio - Fotolia.com ; Kzenon - Fotolia.com et Nomah.

RESOLUMENT DIVERTISSANT !

Ouvert toute l'année, 7 jours/7
à partir de 10h du matin

PMU

Jouer comporte des risques : dépendance, isolement... Appelez le 09 74 75 13 13 (appel non surtaxé).

Machines à sous ● Texas Hold'Em Poker ● Poker Omaha ● Roulette Anglaise
PMU ● Restaurant ● Pub ● Piscines ● Hôtel***

Ouvert de 10h à 4h●Tél. : 04 68 49 02 52●Bld de Planasse - 11430 Gruissan
www.gruissan.casinos-sfc.fr

CAÏNA BENSALEM

C'était un peu comme si Caïna Bensalem était née le 27 février 2011. Ce jour-là, elle déjoue tous les pronostics et devient championne cadette de France de cross-country, sur l'hippodrome de Paray-le-Monial. Un exploit d'autant plus inattendu qu'elle n'était que cadette première année ! Ce jour-là, elle avait devancé au sprint plusieurs concurrentes âgées d'un an de plus. L'adolescente de Salsigne, qui avait commencé l'athlétisme six ans plus tôt à l'ASC, confirmait tout le bien que son entraîneur David Heath pensait d'elle. « L'intelligence avec laquelle elle a mené sa course m'a étonné », avouait-il. Quelques mois plus tôt, elle s'était révélée aux Carcassonnais en remportant la Ronde des Vendanges devant des athlètes beaucoup plus expérimentés ! L'année suivante, la jeune fille s'adjugeait son deuxième titre de championne de France cadette, sur 2000 mètres steeple cette fois. Elle démontrait ainsi qu'elle était aussi à l'aise sur la piste que sur la terre ou la route. Désormais licenciée à Balma, Caïna a confirmé son énorme potentiel chez les juniors. Elle est devenue championne de France universitaire par équipes avec l'université Paul-Sabatier de Toulouse. La course en tête, encore et toujours...

18 ANS

TRISTAN BERGÉ

Tristan, 22 ans est le neveu de Jean-François Orosquette. Demander à Tristan de se raconter est une véritable prouesse tant ses propos sont tournés vers ses grands-parents, Jean-Pierre et Josiane Orosquette, fondateurs du domaine en Minervois. Il a une telle affection et admiration pour eux qu'il en devient bavard… Le jeune homme peu enclin pour les études a fait le choix de rester à la propriété, d'y travailler, d'apprendre le métier de vigneron avec son père et son oncle pour un jour, maitriser toutes les étapes et ainsi contribuer à la continuité de l'essor du patrimoine familial entièrement créé et développé par ses grand-parents. Aller voir ailleurs n'est pas son objectif, tant l'attachement à cette terre est dans ses gênes. Transporté par l'exemple reçu du travail, de l'effort, de la persévérance, son avenir semble tout tracé au sein du « clan familial ». Les liens qui le rattachent à La Grave sont si forts que Tristan en est fier et souhaite de tout son cœur ne pas décevoir ceux qu'il aime tant et qui lui ont transmis la passion de la viticulture et le respect du travail. Et peut-être qu'un jour, ses cousins, Marie & Julien, les enfants de Jean-François Orosquette lui emboiteront le pas pour faire perdurer la saga familiale…

22 ANS

CÉDRIC BERNARD

Le parcours de Cédric Bernard est celui d'une découverte. Celle d'une passion, la maçonnerie, découverte grâce à son cursus au sein des Compagnons du devoir et du tour de France débuté à l'âge de 15 ans. De son propre aveu, ces trois années de formation furent les meilleures de sa vie... Une expérience unique qui a permis à ce jeune entrepreneur de 28 ans de reprendre, il y a maintenant deux ans, l'entreprise créée par son père à Labastide d'Anjou en 1975. Le parcours de Cédric Bernard va également l'amener à étudier le béton armé, mais surtout à se spécialiser dans la taille de la pierre. Un choix bienvenu pour ce jeune patron qui dirige aujourd'hui 10 salariés au sein de trois équipes : travaux publics, carrelage, bâti neuf et rénovation. Bienvenu car sa passion se situe bel et bien dans l'ancien et la rénovation, qui occupe aujourd'hui 90 % de ses chantiers, notamment du fait de la chute des commandes de constructions neuves. L'histoire de Cédric Bernard continue aujourd'hui de s'écrire comme elle avait commencé, en famille, aux côtés de sa mère et de sa sœur qui, elles aussi, travaillent à la réussite de cette entreprise.

28 ANS

Génération
acti city
information jeunesse de l'Aude
La carte 11/25 ans
des jeunes Audois
Les talents de demain s'épanouissent avec nous aujourd'hui.
www.acticity.com
Acti City
@acticity
infoline : 04 68 25 12 25

FLORIAN BERNARD

27 ANS

À 27 ans, Florian Bernard a déjà bien roulé sa bosse dans le monde du bâtiment et de l'entreprise. Après des études au sein de l'école centrale de Paris - dont il sort avec un diplôme d'ingénieur du bâtiment en poche en 2010 - il fait ses premières armes au sein de Bouygues bâtiment Île-de-France pendant quatre ans, avant d'intégrer l'entreprise familiale Bernard Pierre en août 2013, une société générale du bâtiment créée en 2001, à Villemoustaussou, et dont son père, également ingénieur, est l'actuel gérant. Un bagage technique qui représente un véritable atout pour cette petite entreprise de quatre personnes qui intervient sur le bassin carcassonnais et limouxin, qui donne à la fois dans la construction de maisons neuves et dans la rénovation (toitures, intérieurs mais aussi énergétique), secteur qui représente actuellement 60% de son activité. Comme dans de nombreuses entreprises familiales, le père de Florian Bernard devrait bientôt lui passer le flambeau, et le carnet de clients fidèles et contents du travail de la société. Une dimension des plus importantes aux yeux de ce futur gérant, qui mise énormément sur le bouche à oreille et la proximité avec sa clientèle.

THIERRY BORRAS

30 ANS

Narbonnais, Thierry Borras a emprunté plusieurs chemins avant d'arriver à L'Hacienda ! À 19 ans, il s'engage comme sous-officier dans l'Armée de l'Air pour un contrat de 5 ans à Mont-de-Marsan. Puis il se reconvertit dans le bâtiment après avoir suivi une formation de 16 mois à l'AFPA de Toulouse. Il devient conducteur de travaux dans une entreprise de forage à Toulouse, et en 2010 à Narbonne comme conducteur de travaux en constructions de maisons individuelles puis comme commercial. En septembre 2013, à 30 ans, il prend un nouveau virage en compagnie d'un passionné de moto comme lui, Alain Wundrack. Associés, ils franchissent toutes les étapes nécessaires à la création d'entreprise en collaboration avec la CCI et leur avocat d'affaire. L'Hacienda naît au bout du chemin, route de Perpignan. « Nous avons choisi ce restaurant pour plusieurs raisons : grand parking, bâtisse de charme, implanté en plein cœur d'une zone commerciale forte, accès autoroute. Après analyse du marché nous nous sommes aperçus que ce qui manquait dans cette zone c'était un restaurant où les gens pouvaient non seulement manger mais aussi se divertir autour d'un verre après le travail, d'où l'idée d'une bodega tapas, lieu festif et convivial dans un cadre à connotation feria et Espagne », explique Thierry. Depuis le 4 novembre dernier, L'Hacienda accueille les convives du lundi au samedi (midi et soir) sauf le mardi soir. Le mercredi, des animations pimentent la cuisine, sympa. Un petit coin de paradis au goût… Olé !

JEAN-MARIE BOT

26 ANS

Il est orfèvre en sa matière ! Jean-Marie Bot assure la continuité familiale dans la célèbre bijouterie narbonnaise installée rue de la Parerie, au même emplacement que fit briller jadis son grand-père et que perpétue son père Jean-Louis et sa mère Anne.
Avant de se pencher sur les bijoux dans l'ombre de son atelier, le jeune Jean-Louis a appris puis travaillé son art. A Valence, il a enchaîné un CAP bijouterie, le Brevet des métiers d'arts des bijoux et joyaux et une mention complémentaire de sertissage en joaillerie. Deux stages de deux mois à Paris dans des ateliers sous-traitants de Van Cleef et Harry Winston, entre autres, ont complété son savoir et son approche. Depuis 2011, il est sertisseur à son compte. « Sertir, explique-t-il, c'est la dernière des grandes opérations dans la réalisation d'un joyau ». L'étape ultime d'une œuvre d'art, sous le globe de verre, dans une lumière adoucie comme pour laisser à la création le soin d'illuminer la pièce ! L'œil est alors le meilleur instrument, avec la précision du geste. Et une concentration sans failles. De ces heures de l'ombre naissent des éternités de lumière…

Adieu Kilos !

Experte en Grignotage

Experte en Nutrition

NATUR HOUSE
Experts en rééducation alimentaire

> TÉMOIGNAGES

Sandra et Laura n'en reviennent toujours pas... Il y a peu, ces deux sœurs faisaient presque 100 kilos et portaient du 48. Aujourd'hui, passées au 38, c'est pour elles un nouveau départ !

* *La méthode Naturhouse permet de perdre de 600g à 1kg par semaine. Cela correspond à une perte de poids progressive et non agressive pour le corps. Ces résultats dépendent du respect du plan diététique, de la prise des compléments alimentaires, du suivi hebdomadaire, de l'activité physique et de la motivation des personnes.*

Nous sommes passées de la taille 48 au 38 !

• Aviez-vous déjà tenté de perdre du poids, avant Naturhouse ?

Bien sûr, mais nous faisions des régimes toutes seules de notre côté. Naturhouse c'est tout le contraire. D'abord ce n'est pas un régime, puisqu'à aucun moment nous avons eu l'impression d'être privées. Par ailleurs, la méthode intègre un suivi hebdomadaire personnalisé avec une diététicienne-nutritionniste. Et ça, ça change tout !

• Quelle relation avez-vous noué avec votre diététicienne-nutritionniste ?

Marion, c'était la personne idéale. Elle a rempli sa mission : nous faire perdre du poids. Grâce à elle, nous avons réussi à apprendre et surtout à garder de bonnes habitudes alimentaires.

• Avec votre perte de poids, qu'est-ce qui a le plus changé pour vous ?

Nous sommes plus à l'aise pour bouger, nous sommes moins essoufflées, nous n'avons plus mal au dos et surtout nous avons dit adieu à nos brûlures d'estomac. Enfin, il y a quelques mois, nous nous sommes inscrites dans une salle de sport.

EXTRAIT DU TÉMOIGNAGE PARU DANS LE MAGAZINE PESOPERFECTO N°22. DISPONIBLE DANS TOUS LES CENTRES NATURHOUSE.

SUIVI HEBDOMADAIRE

Marion (03-Allier), diététicienne-nutritionniste diplomée

LA MÉTHODE NATURHOUSE

- **Plan diététique personnalisé**
- **Suivi hebdomadaire gratuit avec votre diététicienne-nutritionniste**
- **Compléments alimentaires à base de plantes**

Prenez Rendez-vous !

370 CENTRES EN FRANCE
www.naturhouse.fr

CARCASSONNE - LA BOURIETTE - Bd DENIS PAPIN *(Face aux Halles Gourmandes)*
04 68 77 12 53

ABDELKADER BOUHENIA

Pas facile de passer du ring aux salles de cours ! Depuis deux ans, Abdelkader Bouhenia prépare le concours de professeur de sport, qu'il passera au printemps. Une fois son diplôme en poche, il laissera tomber cahiers et stylos pour remettre les gants avec ses coéquipiers de l'équipe de France. Une première échéance l'attend en mai : les championnats du monde militaires, au Kazakhstan. Le Carcassonnais a déjà montré sa capacité à rebondir. Un an après une cruelle élimination lors du tournoi de qualification pré-olympique pour les JO de Londres, il avait remporté la médaille d'argent aux Jeux méditerranéens, en avril 2013. Une nouvelle année a passé, et il s'apprête donc à remonter sur le ring. Avec le secret espoir de disputer les Jeux Olympiques de 2016. La route de Rio passera par l'épreuve des qualifications, l'an prochain. Cinq ans après avoir décroché le bronze aux mondiaux militaires, quatre ans après avoir été finaliste du championnat d'Europe, « Kébé » rêve en secret d'une médaille olympique. En attendant, il profite des équipements de l'Insep pour se maintenir en forme, et ne manque pas une occasion de revenir à Carcassonne, histoire de profiter de sa famille et de ses amis. À 28 ans, il prépare un come-back dont raffole la boxe...

28 ANS

CHARLINE BREUIL

Maître Charline Breuil, 31 ans, a suivi des études juridiques en droit des affaires, et a prêté serment auprès de la Cour d'Appel de Montpellier en 2009. A l'issue de ses études, Maître Charline Breuil a exercé la profession d'avocat au sein du Cabinet Fidal à Carcassonne (département droit fiscal) et au Sein du Cabinet Thémis Conseils à Carcassonne (droit des entreprises). Née à la Rochelle, Maître Charline Breuil a poursuivi ses études à Poitiers, à l'issue de son cursus universitaire Maître Charline Breuil est diplômée de l'Ecole de Formation des avocats des Barreaux de la Cour d'Appel de Paris et d'un Master II. Science du management - Gestion Fiscale - Institut de l'Administration des Entreprises, un Master II - Droit des Affaires - Diplôme de Juriste Conseil - Certificat d'Etudes Spécialisées droit des sociétés et un Master I droit des affaires. Maître Charline Breuil intervient également dans le cadre d'animations auprès de la Chambre des Métiers d'Art et de le CCI de Carcassonne. Active dans le milieu associatif, Maître Charline Breuil est membre des Nouveaux Entrepreneurs Audois et de la Jeune Chambre Economique de Carcassonne. Cette brillante jeune avocate intervient principalement en matière du droit des affaires, et propose un accompagnement juridique dédié aux entrepreneurs et aux entreprises (PME, TPE) de la création à leur développement. Sa citation préférée « aujourd'hui est le 1er jour du reste de ta vie »

31 ANS

THOMAS BRIEU

Thomas, natif de Mazamet, est issu d'une famille d'épicurien. Très vite, son intérêt pour la cuisine et le vin se fait jour, et c'est naturellement qu'il fait l'école hôtelière puis sommellerie. Ses premières armes se font dans les grandes maisons (Sarran, Thuriès …) pour enfin se poser à Carcassonne. Il faut dire que Thomas est un inconditionnel de la région, et un amoureux de ses vins. Talentueux, authentique, généreux, sa rencontre avec le Chef étoilé Franck Putelat (Restaurant Le Parc) est décisive. Respectueux et admiratif du chef, il met tout son savoir à son service et la grande complicité de ces deux talents nous offre l'excellence. Le jeune sommelier, possédant autant de connaissances théoriques que pratiques, est sorti de l'ombre et a gagné ses lettres de noblesse. Il s'est hissé au rang de conseiller, balayant pour notre plus grand plaisir la globalité de notre vignoble en proposant une carte qui n'est pas qu'élitiste. En véritable artiste, le chef crée, expérimente, se renouvelle sans cesse, osant la légèreté, jouant avec les couleurs, la texture, les produits, donnant ainsi à Thomas l'occasion d'aller toujours de l'avant en communiquant sa passion sans perdre de vue qu'il n'y a pas d'acquis. Une histoire de cœur, de partage, de fidélité au sein d'une équipe à son image où les objectifs sont communs.

35 ANS

FESTIVAL de CARCASSONNE

du 19 juin au 1er août 2014

15 07 ELTON JOHN 20 07 FRANZ FERDINAND
26 07 AGNES OBEL - WOODKID
16 07 ETIENNE DAHO - JULIEN DORÉ
27 07 SHAKA PONK 28 07 VANESSA PARADIS
29 07 MADNESS 24 07 MASSIVE ATTACK
19 07 CHICAGO - JOE SATRIANI
23 07 BERNARD LAVILLIERS
17 07 LANA DEL REY
18 07 ASAF AVIDAN
30 07 JAMES BLUNT
25 07 THE JACKSONS
21 07 22 07 GAD ELMALEH
01 08 FAUVE≠
31 07 TAL...

CONCERTS

VILLE DE CARCASSONNE

OPÉRA CLASSIQUE

04 07 DON GIOVANNI
OPÉRA EN PLEIN AIR MISE EN SCÈNE PAR PATRICK POIVRE D'ARVOR ET MANON SAVARY

05 07 CLAUDE LELOUCH EN MUSIQUE !
MISE EN SCÈNE PAR ELIE CHOURAQUI

10 07 KATIA & MARIELLE LABÈQUE
ACCOMPAGNÉES DU TRIO KALAKAN

WILLIAM SHELLER
& QUATUOR À CORDES

CIRQUE DANSE

01 07 02 07 03 07 TOUT EST BIEN (CATASTROPHE ET BOULEVERSEMENT)
PAR LA CIE PRÉ-O-COUPÉ (CIRQUE)

13 07 ROBOT
PAR LA CIE BLANCA LI

08 07 M¡LONGA
PAR SIDI LARBI CHERKAOUI

12 07 LA NUIT DE LA JEUNE CHORÉGRAPHIE
PAR LA CONFÉDÉRATION NATIONALE DE DANSE LANGUEDOC-ROUSSILLON

09 07 TWO
PAR LA CIE KD DANSE
"RESI-DANSE DÉPARTEMENTALE"
ARTS VIVANTS 11

THÉÂTRE

19 06 LES COQUELICOTS DES TRANCHÉES
PIÈCE DE GEORGES-MARIE JOLIDON ET XAVIER LEMAIRE

20 06 MOLIÈRE MALGRÉ MOI
PIÈCE DE ET AVEC FRANCIS PERRIN

24 06 LES LETTRES DE MON MOULIN
AVEC MICHEL GALABRU

25 06 L'AFFRONTEMENT PIÈCE DE BILL.C DAVIS,
AVEC FRANCIS HUSTER & DAVY SARDOU

26 06 TENTATIVE DE JALOUSIE
AVEC CAROLE BOUQUET

27 06 LA CHANSON DE L'ÉLÉPHANT
PIÈCE DE N. BILLON

28 06 LORENZACCIO
PIÈCE D'ALFRED DE MUSSET
AVEC FRANCIS HUSTER
ET LA TROUPE DE FRANCE
CRÉATION

Festival de Carcassonne Officiel

W9 · Virgin RADIO · carcassonne agglo · AUDE · acti city · UCCOAR · ROCK&FOLK · Direct Matin · inRocKuptibles · languedoc-roussillon · VINCI · MPM · L'INDEPENDANT · Midi Libre · LA DÉPÊCHE · PARIS PREMIÈRE

www.festivaldecarcassonne.fr Tél. 0 468 115 915

Réseaux : France Billet - Ticketnet - Digitick - Box Office

JEAN BRUNEL

Jean Brunel, 34 ans, a parcouru bien du chemin depuis ses premières responsabilités politiques au sein des jeunes socialistes audois ! Originaire de Narbonne où il suivit ses études au Lycée Diderot, il a ensuite suivi des études universitaires à Montpellier III, menées brillamment jusqu'à l'obtention d'un diplôme en « info-comm » qui lui a permis, dès 2005 de devenir attaché temporaire d'enseignement et de recherche au sein de cette même université pendant deux ans, et d'être désormais « chargé d'enseignement ». Joli CV pour celui qui est désormais une figure politique départementale. En 2008, il fut chargé de communication et animateur de la puissante fédération PS de l'Aude dont il est actuellement le premier secrétaire fédéral délégué. En 2009, il intégra le cabinet du président du Département, jusqu'à devenir directeur de cabinet d'André Viola, actuel président du Conseil Général. Un poste à grande responsabilité.

34 ANS

CAMILLE CASTEIGNAU

« Là où il y a une volonté, il y a un chemin » ; c'est en ces termes que Camille Casteignau s'est accaparé de sa vie actuelle, se frayant sa propre route au cœur des actions culturelles de notre Carcassonne. Détenteur d'une Licence d'Histoire-Géographie et d'un Master des métiers de l'enseignement, Camille revient de son périple étudiant avec le désir de partager et d'enseigner ce qui le passionne : Les cultures urbaines. Depuis ses débuts en 2008 à la MJC en tant qu'animateur de danse Hip-Hop, nous pouvons désormais retrouver son empreinte dans toute la ville et ses alentours du fait de sa nouvelle casquette : Chargé des actions culturelles au sein de l'Association 11bouge. En quoi cela consiste ? Ni plus ni moins en la création de rencontres culturelles, artistiques, musicales, le tout au travers de l'organisation de festivals, de concerts ou encore d'expositions. Missions différentes, publics éclectiques et toute génération confondue, c'est bien une explosion de diversité et de richesse que prône Camille au travers de ses ambitions. Ne vous méprenez pas, sous sa zen-attitude apparente, Camille est l'une des figures de la ville qui contribue énormément à son dynamisme et sa vivacité ; il met tout en œuvre pour ravir les appétits artistiques insatiables, et il le fait bien !! Surtout lorsque l'on pense à tout le stress que cela peut générer. Prochain évènement prévu, « l'Opéra Urbain » qui se tiendra le 17 Mai sur le stade de foot du Viguier.

25 ANS

REMI CASTY

De son village d'Ornaisons à l'Australie, la vie de Rémi Casty ressemble à l'itinéraire d'un enfant surdoué. Agé de 28 ans, le capitaine des Dragons Catalans a décidé de tenter le grand saut, après huit saisons et 155 matchs en Super League. Titulaire indiscutable au poste de pilier droit, comme en équipe de France, le natif de Narbonne avait été le premier joueur français à faire partie de l'équipe de rêve de la Super League, en 2012. Mais l'appel du grand large a été le plus fort. Les saisons 2014 et 2015, il les vivra sous les couleurs des Sydney Roosters, dans la mythique National Rugby League. Depuis début janvier, « La Caste » y a retrouvé son ancien entraîneur des Dragons Catalans, Trent Robinson. « C'est l'aboutissement de ma carrière. Après 8 années passées aux Dragons, je réalise un rêve d'enfant en intégrant un club de NRL », avouait le joueur formé à Lézignan. Mais ce n'est qu'un au revoir aux Dragons Catalans. Car après cette expérience au pays des kangourous, le gabatch compte bien revenir à Brutus pour y finir sa carrière, histoire de transmettre le flambeau aux jeunes.

28 ANS

l'auto
E.Leclerc

VENEZ DECOUVRIR VOTRE NOUVEAU CENTRE AUTO

CARCASSONNE

VENEZ DÉCOUVRIR 1000 M² DE SERVICES
ET DE PROFESSIONNALISME DÉDIÉS À VOTRE AUTOMOBILE !

Centre Commercial
E.Leclerc Carcassonne
Zone Alibert

l'auto
E.Leclerc
Tél. 04 68 47 30 50

NORDINE CHAMLAL

Pour Nordine Chamlal, « la liberté d'être » aura primée sur tout le reste, et possède aujourd'hui tout son intérêt : du poste de directeur d'agence ADIA, au statut de Conseiller du Crédit Agricole, en passant par la co-association de Casa Pizza Grill, c'est en 2007 qu'il crée sa propre affaire Meilleurtaux.com et qu'il se pose en tant que courtier en prêts et assurances sous le statut de co-directeur.

35 ANS

Nordine devient alors le contributaire de plusieurs projets de vie, projets uniques nécessitant des solutions sur mesure, et s'affirme ainsi en tant qu'avocat des intérêts de ses clients, auxquels il voue un service exemplaire. Implication oblige et engagement sur du long terme, Nordine est la figure de confiance par qui passe vos transactions et la réalisation de vos ambitions sur Carcassonne.

Personnage tenace aux journées combles et riches, il n'en perd pas moins l'appréciation d'un sourire, qu'il colporte sur son visage au quotidien. Au-delà de tout ce business, Nordine porte un regard tout particulier sur sa famille, auprès de laquelle il retrouve sa place, disons-le, dans sa plus belle entreprise.

VINCENT CHANSAULT

Emmanuel Perrin

À 18 ans, titulaire d'un bac scientifique, Vincent originaire du Val de Loire, se destine à des études de chimie, mais changement de cap il s'inscrit en Viti-Oeno. C'est une véritable découverte qui se transforme très vite en passion : la chimie appliquée au vin, allier théorie et science. BTS en poche, son 1er job est caviste vinificateur. Mais cet univers s'avère vite trop étroit pour assouvir sa soif d'apprendre, sa curiosité de l'autre, de l'ailleurs. Une rencontre professionnelle lui ouvre les portes de l'Afrique du Sud. A 22 ans il y dirige une propriété de 20ha. Nouvelle opportunité : revenir en France et relever un autre challenge : le Domaine Gayda à Brugairolles où tout est à faire…Sans préjugé, balayant avec gentillesse et élégance les acquis et les traditions de ce territoire, fort de son expérience passée il met en place une gamme de vin où se retrouve identité de cépage, identité de sol et beaucoup de son âme. A 33 ans aujourd'hui, reconnu par ses pairs et par les consommateurs, ses vins, résultat de son savoir-faire apportent sur notre vignoble un souffle nouveau. Bien dans l'air du temps, ouvert sur le monde, Vincent, avec finesse et élégance, révolutionne en douceur les acquis, sans renier le chemin parcouru par les prédécesseurs… Globe trotter viticole, humble et respectueux, avec pour seul bagage gentillesse et curiosité, il démontre que le monde du vin n'est pas juste un produit mais une aventure humaine doublée de solidarité.

33 ANS

YOANN ET JEAN-MARIE CONTE

L'histoire de Yoann et Jean-Marie Conte est celle de deux frères, qui ont débuté leur activité dans l'entreprise de leur père et de leur oncle, créée en 1983, Constructions Minervoises, basée à Carcassonne. Une histoire de famille donc, pour ce bureau d'étude affilié à l'entreprise de gros œuvre Villarzel. Une entreprise qui, face à l'effondrement du marché de la construction de maisons individuelles, a anticipé sa reconversion, et décidé de diversifier son activité en direction de la rénovation, et plus particulièrement de la rénovation énergétique avec, en ligne de mire, la réduction de la facture de ses clients. Avec, au bout du chemin, une reconnaissance de taille : l'obtention du label Certibat « offre globale de travaux énergétiques ». Un label d'importance qu'une seule autre entreprise française peut, à l'heure actuelle, se targuer d'avoir décrochée. Passionnés par la conduction de projets de leurs premiers frémissements et jusqu'à leur sortie de terre, les frères Conte sont passionnés par le suivi de ce qu'ils appellent leurs « bébés ». Une indépendance et des projets à la pointe du secteur, qui les conduiront sans nul doute à reprendre le flambeau de l'activité familiale, le moment venu.

35 ANS

28 ANS

Le Choix • La Qualité • Des Prix Attractifs

FERRAND
Maison fondée en 1876

Créateurs d'ambiance

Journées Portes Ouvertes

du 5 au 19 avril

DES PIERRES
à partir de 24€ ttc/m²

CARREAUX 60X60
à partir de 15€ ttc

CUISINES
TVA offerte

MEUBLE DE SALLE DE BAIN
COMPLET
à partir de 290€ ttc

30, Av. Dr. Henri Goût - Carcassonne
Tél. 04 68 47 15 38 • Fax 04 68 47 68 04
info@ferrandcarrelage.com • www.ferrandcarrelage.com

carrelage • sanitaire • marbre • pierre • granit • conception salle de bains • cuisines

BERTRAND CROS-MAYREVIEILLE

Pas facile d'être le fils de… surtout avec un nom aussi illustre ! Bertrand 26 ans à peine, physique de rugbyman accompli, cache derrière cette imposante stature, une tête bien pleine et une âme généreuse.

Depuis sa plus tendre enfance, il est bercé dans le monde du vin au domaine familial le Château d'Argères à Laure Minervois. Peut-être par souci d'indépendance, Bertrand a pris son envol et quitté le cocon familial, sans trop s'éloigner, ni de la profession viticole, ni des attaches familiales. Fort d'une licence en droit et gestion des filières Vitivinicoles, il est engagé à la Maison des Vignerons du Minervois qu'il dirige avec brio. Au fil du temps, s'affirmant avec intelligence, il est en plus aujourd'hui en charge de la communication du cru. Belle ascension pour ce jeune homme discret, passionné et épanoui par la richesse des rencontres, sans oublier les valeurs transmises par ses parents : labeur, sens du partage et convivialité. Bertrand poursuit sa route au sein d'une équipe à son image, où l'avenir lui tend les bras….

26 ANS

JEAN-BAPTISTE CROS-MAYREVIEILLE

Deuxième de la fratrie, entre Bertrand et Maxence, Jean-Baptiste 25 ans représente la sixième génération au Château d'Argères. Très naturellement, il devient vigneron dans les pas de son père, portant bien ancré au fond de son âme ce désir de perpétuer l'héritage familial. Enfant, il passait des après-midis entières dans les vignes au point de vouloir dès que possible arrêter les études et se consacrer à sa passion. À cause ou grâce à sa maman, Jean-Baptiste les continue jusqu'à l'obtention du BTS et d'une licence professionnelle qui lui ouvrent un avenir plus certain. Cogérant de la propriété avec son père, fort de son expérience lui évitant au maximum les écueils du métier, Jean-Baptiste tempère sa fougue, son envie de se diversifier pour mettre à profit tous les acquis. La transmission se fait dans l'apprentissage, le respect des valeurs, les expériences du passé. Ainsi le jeune homme peut entrevoir son avenir rempli de rêves, sans perdre de vue la sagesse nécessaire et la responsabilité future de conserver l'obtenu tout en le modernisant pour un jour, à son tour, le transmettre.

25 ANS

THIERRY CUTILLAS

Chez les Cutillas, on travaille en famille ! Pour Thierry, petit-fils du fondateur de la société narbonnaise créée en 1963, cet esprit familial est primordial. Transmise à son père et son oncle, l'entreprise de construction est aujourd'hui en passe d'être reprise par Thierry, à l'âge de 31 ans. Une expérience transmise au fil des générations, qui permet aujourd'hui à Thierry Cutillas et ses 19 salariés de répondre à toutes les demandes de construction, du chantier d'entretien à la construction de villas en passant par la rénovation et la réhabilitation. Un aspect qui fait d'ailleurs sa spécificité... Certifiée ISO 9001, la société est habilitée à la rénovation et la réhabilitation lourde dans le patrimoine ancien et classé. A titre d'exemple, l'entreprise Cutillas a rénové l'Hôtel de Grave, à Narbonne, et assuré la requalification de la cave coopérative de Villesèque-des-Corbières, pour la transformer en école, garderie et crèche. Des réalisations et un véritable savoir-faire qui font aujourd'hui le bonheur de Thierry Cutillas, et alimentent jour après jour sa passion de la création, et son envie de voir s'ériger des bâtiments qui laisseront leur marque dans le fil du temps.

31 ANS

TOYOTA

TOUJOURS MIEUX
TOUJOURS PLUS LOIN

NOUVEAU

TOYOTA VERSO DIESEL SURÉQUIPÉ

À PARTIR DE **19 990 €**(1) SANS AUCUNE CONDITION

NOUVELLE MOTORISATION DIESEL 112 CH AVEC CONSOMMATIONS ET ÉMISSIONS DE CO_2 RÉDUITES*.

- **SYSTÈME MULTIMÉDIA AVEC ÉCRAN TACTILE**
- **CAMÉRA DE RECUL**
- **BLUETOOTH®**
- **JANTES EN ALLIAGE 16"**
- **CLIMATISATION AUTOMATIQUE BI-ZONE**
- **SIÈGES ARRIÈRE INDIVIDUELS, INCLINABLES & ESCAMOTABLES (TOYOTA EASYFLAT™)**
- **BOÎTE À GANTS RÉFRIGÉRÉE**
- **RÉGULATEUR DE VITESSE**
- **SYSTÈME D'AIDE AU DÉMARRAGE EN CÔTE**
- **RÉTROVISEURS EXTÉRIEURS RABATTABLES ÉLECTRIQUEMENT**
- **PHARES ANTIBROUILLARD**
- **FEUX DE JOUR**
- **EXISTE EN 5 OU 7 PLACES**

Consommation mixte : **4,5** L/100 km. Émissions de CO_2 cycle mixte **119** g/km (B). (Normes CE) versus émissions de CO_2 cycle mixte 129 g/km sur la motorisation Diesel 124 D-4D précédente*. (1) Prix conseillé au 01/01/2014 pour un Verso 112 D-4D Dynamic 5 places neuf, déduction faite de **6 310 €** de remise. **Modèle présenté** : Verso 112 D-4D SkyView 5 places avec peinture métallisée à **21 590 €** (même remise déduite). Offre non cumulable, réservée aux particuliers, valable jusqu'au **31/03/2014** dans le réseau Toyota participant en France.

BG AUTO - Concessionnaire TOYOTA

31, chemin de la Reille - Carcassonne - **Tél. 04 68 10 50 50**

TOYOTA FRANCE - 20 bd de la République 92420 Vaucresson - SAS au capital de 2 123 127 € - RCS Nanterre B 712 034 040 - SAATCHI & SAATCHI + duke

FAYÇAL DALLI

Il représente l'avenir du Narbonne Volley. Depuis le début de la saison, il continue son apprentissage au sein de l'équipe de Nationale II du club en qualité de passeur. Fayçal Dalli a également effectué plusieurs apparitions sur le terrain avec la formation de Ligue A. Son fait d'arme le plus retentissant, il l'a signé contre l'Arago de Sète : rentré au service, il a marqué plusieurs points décisifs qui ont renversé le cours du match. Fayçal est un pur produit du club, formé dès l'école de volley. Il a confirmé son talent au centre de formation narbonnais. De l'avis de tous, c'est un garçon attachant et humble. Il est très apprécié par les joueurs professionnels pour son engagement toujours à 100 % à l'entraînement et pour sa gentillesse. Outre ses qualités de passeur, il est désormais connu pour ses facilités au service et en défense. Sans bruit, ce jeune joueur pousse à l'ombre de ses illustres prédécesseurs. Mais nul doute que dans un proche avenir il saura s'affirmer comme un candidat potentiel aux premiers rôles au plus haut niveau. Dalli, c'est un artiste du volley !

20 ANS

CHARLES DE OLIVEIRA

Ce qui caractérise Charles De Oliveira, c'est sa capacité à savoir se lancer des défis. A 20 ans, le jeune homme a eu l'opportunité de racheter Nougat Bor, maison limouxine créée en 1936, il l'a fait ! « À l'époque je n'y connaissais pas grand chose » a admis le chef d'entreprise « alors j'ai appris ». En trois ans, Charles De Oliveira a doublé le nombre de ses employés, il a déménagé l'ensemble de l'activité dans des locaux flambant neuf pour plus de praticité et s'est évertué à trouver de nouveaux marchés. En bref, la fougue du jeune entrepreneur a huilé les engrenages et l'affaire a roulé. Outre son célèbre Taps de Limos, la maison Bor a imaginé diverses gammes de nougats et chocolats, des produits sans cesse renouvelés. « On tâte le terrain, on voit ce qui peut marcher, ce que les autres n'ont pas fait et on se lance »... encore une fois. Deux mots d'ordre : faire plaisir au consommateur et innover. Le leitmotiv du confiseur est de continuer à progresser, sur le territoire national puis à l'export, un dernier projet qui est en passe de se concrétiser.

23 ANS

FLORIAN DEL BURGO

L'Épicurien, Restaurant à Conques sur Orbiel, offre au fils de Michel Del Burgo, 3 étoiles au Michelin Asie pour son travail à l'Atelier Robuchon à Hong Kong, son premier grand rôle. Florian Del Burgo, 24 ans, l'âge de toutes les conquêtes, aux âmes bien nées... peut-on renoncer à une voie toute tracée lorsqu'on est le fils d'un chef étoilé, faut pas se rater, le gamin n'a pas peur des évidences, le désir longtemps étouffé de prendre son envol aura exorcisé toutes les peurs. Preuves à l'appui, 24 ans et déjà un CV canon. Des débuts dans l'ombre du père à l'Hôtel de la Cité où un certain Georges Gracia l'a formé en salle à la sommellerie, puis au Mercure, et à 21 ans tout juste sonnés, il devenait le maître d'hôtel du Puits du Trésor, le restaurant du chef Jean-Marc Boyer, une étoile au guide Michelin. Depuis le Jeudi 19 Décembre, changement de propriétaire, relooking et ambitions dévoilées, le restaurant « l'Epicurien » a réouvert ses portes. Une belle aventure en perspective pour ce tandem qui devrait secouer le cocotier des bonnes habitudes culinaires du coin. Florian, maître en salle, et son compère Romain Maussang, un ancien des Ducs de Joyeuses à Couiza et de la Bergerie à Aragon, aux fourneaux. Ça devrait le faire entre le prestige d'un père, ce héros, et la fragilité des jeunes espoirs de demain. Il suffit de gagner en légitimité. Nous on y croit.

24 ANS

CITÉ HÔTELS
GROUPE

EVASION CULINAIRE
TRADITIONNELLE A GASTRONOMIQUE AU COEUR
DE LA CITE MEDIEVALE DE CARCASSONNE

Situé dans un site exceptionnel du Patrimoine Mondial de l'UNESCO, avec un total de 200 chambres, 10 salles de réunion, une brasserie, un restaurant d'été en plein air et un restaurant gastronomique étoilé au guide Michelin au sein de ses trois hôtels 4 et 5 étoiles, le Groupe a Cité Hôtels propose une offre unique et complète pour correspondre à tous les besoins du voyageur moderne.

Hôtel de la Cité Carcassonne
La Barbacane

Brasserie Donjon

Mercure La Vicomté

Groupe Cité Hôtels - 2, rue du Comte Roger Cité Médiévale - 11000 CARCASSONNE
Tél. : 04 68 11 23 00 - www.cite-hotels.com

SOPHIE DELAUDE

35 ANS

À 35 ans, Sophie Delaude est une viticultrice et une femme épanouie. Jeune mère de famille, chef d'entreprise, elle vit aujourd'hui la vie dont elle a toujours rêvé. Et pourtant... « À 18 ans, je n'avais jamais mis un pied dans une vigne » confie celle qui reprenait, en 2006, le domaine familial, 32 hectares étendus en plein coeur de la Malepère. Hasard ou destinée, l'année du baccalauréat on lui a dit qu'elle avait un bon palais. Il fallait qu'elle choisisse une filière pour ses études, elle a fait oenologie. Sophie Delaude ne comptait alors toujours pas reprendre l'exploitation, le travail de sept générations. Elle est partie rouler sa bosse à Paris, Saint-Tropez, dans la Napa Valley aux Etats-Unis. Puis un jour elle est rentrée aux Souleilles et elle a compris ce qu'elle avait sous la main, « ce que je n'avais jamais regardé ». Ce jour-là, elle s'est sentie chez elle, enfin ! S'en est suivie une dure période de labeur. L'exploitation ne fournissait que du vrac et la jeune femme a décidé de fabriquer son propre vin. Une gamme de sept bouteilles est née... Tout ce qu'elle aime, le produit de sa terre.

GRÉGORY DEMONTIS

31 ANS

Plutôt timide et modeste, c'est néanmoins un Grégory Demontis plein d'audace et d'avenir que l'on présente dans ce portrait. Depuis ses 13 ans et l'acquisition de son CAP menuisier, il intègre la société créée par son père 18 ans en arrière, Fermetures Menuiseries Audoises, d'abord en tant que technicien poseur puis comme chef d'équipe. Ayant peu à peu pris de l'assurance au sein de l'entreprise, il exerce aujourd'hui un rôle polyvalent, tourné essentiellement vers la commercialisation mais peut également intervenir sur les chantiers. Fournitures, pose de menuiseries, rénovations diverses, est le quotidien captivant de Gregory qui n'en reste pas moins attentif à l'évolution du marché qui le concerne. Son facteur clé de réussite, la relation de confiance établie avec ses clients mêlée à une dose de curiosité et une bonne louche de ténacité.

JEAN-EUDES DESMAISON

19 ANS

Et dire qu'il n'a commencé la boxe française que depuis six ans ! Jean-Eudes Desmaison n'était que cadet 2e année, en 2012, lorsqu'il est devenu champion d'Europe de savate-boxe française, en Belgique. Une magnifique récompense pour le Trébéen qui faisait alors partie de l'équipe de France. Un mois plus tôt, il avait eu l'immense bonheur d'être sacré champion de France au Dôme, à Carcassonne ! Le tout dans la catégorie reine, celle des poids lourds. Le Trébéen poursuit son ascension, s'entraînant deux heures chaque soir. Avec son gabarit (1,95 m, 95 kg), le porte-drapeau du Cathare-Club Savate de Trèbes est devenu un des géants de la catégorie. Il compte bien confirmer son statut. Agé de tout juste 19 ans, il est en terminale topographie à Castelnaudary et entend poursuivre ses études en licence à Toulouse. Mais c'est aux métiers du sport qu'il se destine.

GUILLAUME DUCOS

15 ANS

Il n'avait que sept ans lorsqu'il a touché ses premières balles à l'Acacia, avec John Catlow. Aujourd'hui, Guillaume Ducos est un des quatre meilleurs Français et un des vingt meilleurs Européens dans sa catégorie d'âge ! Vice-champion de France à 11 ans, il a multiplié les places d'honneur par ailleurs. Il y a trois ans, il n'a pas hésité à intégrer le pôle France d'Aix-en-Provence. Un choix payant, puisqu'il a remporté des médailles sur le circuit européen (2e à Porto, 3e à Prague). Sportif de haut niveau, il s'entraîne deux fois par jour. Bien qu'âgé de 15 ans, il ferraille déjà avec les moins de 17 ans. « Il participe à des tournois adultes pour acquérir de l'expérience », explique son père Philippe. « Son point fort, c'est son mental, il est très posé sur le court. Mais il doit encore progresser dans l'agressivité ». Le Carcassonnais est un élève studieux qui se destine à travailler dans les métiers du sport. De temps en temps, il revient s'entraîner, au Paradis Squash. « Depuis qu'il est parti, il a pris une autre dimension dans son jeu », constate John Catlow, heureux de cette progression.

CHARLOTTE DUSSEL

23 ANS

Charlotte Dussel 23 ans, est la digne fille de Florence même accent tonique et même sens de la répartie. Florence Dussel fut à l'origine de l'exploitation de la base nautique des vedettes fluviales du Canal du Midi à Bram sous affiliation de la marque des bateaux Nicols. Charlotte Dussel finalise son Master II en finance de l'EDC de Paris et parallèlement contribue en apportant son soutien technique à l'entreprise, à sa restructuration. Ses compétences en finance, marketing et en communication lui permettent d'assurer un nouveau développement auprès d'une clientèle exigeante constituée à 60 % par des étrangers amoureux des milieux naturels et des patrimoines historiques. Charlotte Dussel est une passionnée de Hand Ball, elle fit partie de l'équipe de Bram et est très impliquée dans la vie associative de son école de commerce. Sa devise est : « la vie est une bataille qu'il ne faut pas lâcher ».

AÏCHA EL KANETE

33 ANS

Dans une ville où le mot fidèle se rattache naturellement au poète Charles Trenet, le chemin sportif d'Aïcha El Kanete sonne comme un formidable écho ! La belle et souriante joueuse n'a en effet jamais quitté les cieux narbonnais, excepté une petite escapade du côté du HBCC qui n'aura duré que quatre mois. Depuis plus de 18 ans, elle porte les couleurs du Narbonne handball avec brio et bonheur. De ses débuts au poste de demi-centre jusqu'à son rôle de pivot et de capitaine de l'équipe féminine qui évolue en Nationale 2, Aïcha a toujours montré l'exemple par son enthousiasme et par sa volonté. Son tempérament lui permet d'afficher une moyenne de 5 buts par match. Même les blessures n'ont pas entamé sa passion pour le handball. Elle confie d'ailleurs vouloir continuer à jouer, « tant que je me fais plaisir et que j'apporte quelque chose au collectif ». Figure emblématique du NHB, exemple pour les jeunes qui poussent, Aïcha enchantera encore au moins une génération ! Le temps que la relève prenne ses marques… et son sillon.

MINI COUNTRYMAN.

ALL4
4 ROUES MOTRICES

5 PLACES. À PARTIR DE 19 950 €*.

*Prix du MINI One Countryman 98 ch. Consommation en cycle mixte : 6,0 l/100 km. CO_2 : 139 g/km. Prix du modèle présenté avec options : MINI John Cooper Works Countryman ALL 4 218 ch, 37 950 €. Consommation en cycle mixte : 7,4 l/100km. CO_2 : 172 g/km. Gamme MINI Countryman, selon motorisations en cycle mixte de 4,4 à 7,9 l/100 km. CO_2 : de 115 à 184 g/km.

MINI

MINI STORE CARCASSONNE
Avenue du Général Leclerc
Tél. 04 68 47 77 23

Je voulais être...
- ☑ informé
- ☑ accompagné
- ☑ conseillé
- ☑ entendu
- ☑ défendu

C'est fait !

Ma fédération est toujours à mes côtés

Comme 56 999
artisans et entrepreneurs,
je suis un adhérent de la FFB
je participe au Groupe Jeunes Dirigeants.

La Fédération Française du Bâtiment, un réseau sans équivalent

FFB
www.ffbatiment.fr
La passion de construire

Groupe jeunes Dirigeants

BTP Aude

Le groupe Jeunes Dirigeants de la Fédération Française du Bâtiment et des Travaux Publics de l'Aude a pour vocation de rassembler tous les jeunes créateurs ou repreneurs d'entreprise du secteur du bâtiment et des travaux publics, afin d'échanger sur des sujets d'actualité, de partager leurs difficultés, d'élargir leurs compétences, de s'informer régulièrement sur toutes les évolutions liées à leur métier et de cultiver la convivialité.

FFB
FEDERATION FRANÇAISE DU BATIMENT
FEDERATION DU BTP AUDE

Fédération du BTP de l'Aude, 170 rue Gustave Eiffel, Carcassonne
Tél. 04.68.10.33.05 - contact@d11.ffbatiment.fr - twitter @FFB_AUDE

OLIVIER ET MARC ESCOURROU

Les générations passent mais certains noms restent. Le 31 mars prochain, Paul Escourrou, gérant historique des Maisons Régionales Escourrou, enseigne Maisons CLIO, figure emblématique du Carcassonnais, viendra poser la dernière pierre d'une vie professionnelle bien remplie. Cet autodidacte de la vie, musicien à l'oreille et chef d'entreprise au grand cœur, passera la truelle à ses 2 fils, Marc 24 ans, diplômé en professions immobilières et Olivier, 31 ans, diplômé d'école de commerce.

Sacré pari que sont sur le point de relever les 2 jeunes frères, dans un secteur d'activité directement impacté par un contexte économique et social notamment sur le Carcassonnais. « Malgré la qualité de nos forces de vente, les ventes ont chuté de près de 20% en 2 ans et tous les indicateurs locaux et nationaux nous laissent penser que cette baisse va se poursuivre en 2014 pour atteindre près de - 30% de volume de ventes » précise Olivier Escourrou, l'actuel directeur adjoint.

Alors comment répondre à ces problématiques de marché ? Aux nouvelles exigences de leurs clients ? « Le marché et ses acteurs, les clients en tête, ont énormément changé depuis ces dernières années. Internet, les réseaux sociaux ont profondément impacté les mentalités, ajoute Marc Escourrou. Alors à nous de nous adapter, d'évoluer, de changer nos méthodes de travail, de notre approche commerciale au suivi de nos chantiers et en travaillant efficacement à la réalisation de nouveaux modèles, plus contemporains et mieux penser dans leur aménagement intérieur. »

CLIO MAISONS
filiale Holding ESCOURROU

www.maisons-escourrou.fr

NOTRE ACCOMPAGNEMENT

Aide à la recherche de votre terrain
Etude de financement personnalisé
Votre **projet** sur-mesure
Suivi administratif de la signature à la réception
Suivi & contrôle de votre chantier

NOS GARANTIES

Le Contrat de construction, c'est pour vous :
- une garantie de livraison à prix et délais convenus
- une garantie de parfait achèvement et de bon fonctionnement
- une garantie dommages ouvrages – décennale

Un constructeur qui s'engage dans le **respect de la certification NF**

LES RÈGLES DE L'ART...

Depuis 1972, nous réalisons pour vous des maisons dans le respect des prescriptions architecturales et des méthodes de construction avec les meilleurs matériaux du marché.
Nos équipes vous accompagnent dans la recherche de votre terrain et la réalisation de votre financement.

Configurez votre projet sur mesure avec notre bureau d'études, votre projet bénéficiera d'un suivi administratif de la signature à la réception, ainsi que d'un suivi de votre chantier de A à Z.

Plus de 1.000 familles nous ont déjà fait confiance...
... et vous ?

Carcassonne & Limoux
04 68 47 21 22

Notre villa-expo :
505, av. Georges Guille 11000 Carcassonne

Sarl Maisons Régionales Escourrou au capital de 75.000€
Filiale Geoxia - RCS Carcassonne 95 B 104
Mandataire en Opérations de Banque et en Services de paiement non exclusif, immatriculée à l'ORIAS sous le numéro : 14000613.

www.minelseb.com - 0468 25 32 68 - Visuel non-contractuel

EMMANUEL ETIENNE ET MOHAMED BENABDALLAH

Autour d'un projet innovant des kits de pâtisserie exotique, Leem.Co est la réunion et l'association de deux camarades de promotion de l'E.N.S.A.T de Toulouse Emmanuel Etienne et Mohamed Benabdallah. Emmanuel Etienne, 27 ans, Audois et Carcassonnais était chef de production et responsable d'exploitation des crèmes glacées Pilpa avant fermeture pendant 7 ans avant d'être responsable de production chez Algo Marque Goyard. Il est titulaire d'un Master 1 Responsable de développement en agro-industrie de l'E.N.S.A.T de Toulouse. Mohamed Benabdallah, 27 ans, Moissagais était responsable méthode à La Croquanterie Gourmande, filiale de Pole sud, usine de pâtisserie artisanale surgelée située à Lézignan-Corbières. Il est titulaire d'un Master 2 professionnel en qualité produits et sécurité des aliments de l'E.N.S.A.T de Toulouse. Jeune entreprise en pépinière, Leem.co compose et commercialise des kits de préparation de pâtisseries orientales, sous la première Marque « Plaisirs d'Orient ». Aujourd'hui, trois recettes seront proposées aux consommateurs, Les makrouts : pâte de dattes entourée d'une pâte à la semoule aromatisée à la fleur d'orangée et imbibée de miel ; Les boules coco : pâte cuite imbibée de confiture et saupoudrée de noix de coco râpée ; Les cornes de gazelles : pâte d'amandes entourée d'une pâte simple saupoudrée de sucre glace. Des jeunes volontaires qui ont du talent et une mentalité d'entrepreneur, nous en avons besoin…

27 ANS

DAVID FERRIOL

La terre la semaine, le terrain le week-end. Dès son plus jeune âge, « Fefe » a cultivé l'amour de la vigne et celui du ballon ovale, du côté de Limoux. « J'aidais mon père dans la taille des ceps, même si au début je préférais aller jouer avec mes copains », avoue-t-il. Sous le maillot « rouge et noir », dans son jardin de l'Aiguille, son gabarit et ses impressionnantes qualités ne passent pas inaperçus. Leeds le repère lors d'une finale juniors. David tente l'aventure en Angleterre, où son parcours le mène jusqu'en réserve à Sheffield. Parallèlement, il suit des études d'oenologie-viticulture au lycée Charlemagne de Carcassonne. Passionné, il acquiert vingt hectares de vignes en son nom, dans le but de concevoir à terme son propre vin. L'amour des ceps, il l'a mis entre parenthèses pour vivre six saisons de feu avec les Dragons Catalans. Au cours de ces 121 matchs de Super League, le solide pilier (1,90m, 107kg) s'est forgé une réputation de dur à cuire. Et comme un bon vin, il s'est bonifié avec le temps. Avant de revenir à Limoux pour y finir sa carrière. L'occasion de se rapprocher de sa famille et des vignes qu'il avait acquis avec son père du côté de Brugairolles. Un vrai retour aux sources.

34 ANS

JOAN FOURNIL

Si vous voulez rencontrer Joan, allez dans les vignes. Son chien Folk, véritable compagnon et ami, gambade autour de lui, heureux comme son maître de cette vie en pleine nature. Troisième génération de viticulteur, Joan, à 24 ans à peine, a toujours su qu'il prendrait la suite de son père. Son enfance s'est déroulée au sein de cette terre qu'il affectionne et dès que ses jambes ont été assez longues, son plaisir a été de conduire le tracteur. Bien évidemment, il a décroché un BTS Viti-Oeno, puis un Brevet d'Etat d'encadrement VTT. Ainsi, il réalise les deux passions de sa vie : la viticulture et le VTT. Très intelligemment il a naturellement associé les deux : création d'un caveau des vins pour vendre sa propre production, organisation de randonnées en VTT dans les vignes. Joan fait découvrir son travail de vigneron (en culture bio) ainsi que cette belle nature qui l'entoure en parcourant les chemins botaniques : c'est l'exemple même de la réussite du tourisme vigneron. Beaucoup de travail, d'investissement personnel sont le quotidien de ce jeune homme épanoui, pour qui, le regard tourné vers l'avenir, sourit à la vie, heureux de ses choix…

24 ANS

CAFÉ SAILLAN

bistrot de quartier

Photo Ludo Charles

31, rue Albert Tomey- Carcassonne - Tél. 04 68 72 37 40

Diablo

Lingerie Homme - Femme et accessoires

Selmark • Gregg • Maki Marie
Coquette • Hom • Joe Snyder
Clever • Maison Close
Dorcel • Shunga ...

Ouvert du Lundi au Samedi de 10h à 19h30

62, Rue de Verdun, Carcassonne • Tél. 04 68 47 40 59 • 04 34 58 97 78 • diablo.carcassonne@gmail.com

MATHIEU FRÉJUS

28 ANS

En bon Limouxin, Mathieu Fréjus pratique le « carnaval » depuis 26 ans. Il en a aujourd'hui 28. C'est à cette école, «l'école de la vie», qu'il a été élevé. « J'y ai appris le respect, le partage et la tradition » se plaît à raconter le jeune homme. Des valeurs qui l'auront pousser à reprendre en 2009 l'exploitation de son père, qui avait un jour lui-même succédé à son grand-père. Vingt-trois hectares de vignes solidement plantées dans la région de Roquetaillade, un village caractérisé par sa pierre... ce qui donne au vin de Mathieu Fréjus sa fraîcheur minérale. Le vigneron produit en vrac 90 % de blanc (Chardonnay et Crémant), auxquels s'ajoutent les « rares » bouteilles labellisées Toques et Clochers en terroir haute-vallée. Un cru de qualité reconnu par les grands spécialistes du monde entier qui se pressent chaque année à Limoux pour acheter les quelques fûts sélectionnés pour la célèbre vente aux enchères organisée par la cave Sieur d'Arques. Une valorisation qui donne quelques idées au jeune viticulteur, qui pense de plus en plus à produire non plus du vrac mais sa propre gamme de bouteilles.

ANAËLLE GERMA-DUBOS

34 ANS

« Il faut toujours viser la Lune car, même en cas d'échec on atterrit dans les Étoiles « Oscar Wilde. « The shortest answer is action » telle est sa devise, Anaëlle Germa-Dubos en tant que Présidente de la Jeune Chambre Economique de Carcassonne se veut être au cœur de la citoyenneté active ! Epouse de Fabien Dubos, l'ancien international de basket, cette jeune femme de 34 ans chef d'entreprise, mère de famille, est à la fois émérite et volontaire puisqu'en plus d'être la DRH des restaurations rapides Quick de Perpignan et de Carcassonne depuis 2007, Anaëlle dirige un cabinet d'externalisation & de conseils en ressources humaines « Do Act Consulting » au profit des TPE/PME, des commerçants et des artisans. En effet elle accompagne l'artisan par exemple sur la création d'un D.U.E.R ou bien encore lors de ses recrutements. La création de ce cabinet est née de l'idée un peu folle d'offrir un service à la carte pour ces entreprises qui n'ont pas la possibilité d'avoir un service RH à l'année, en leur proposant des actions ciblées qui leur correspondent. « Un tel service aurait été formidable pour la PME de mon père lorsqu'il était encore en activité, c'est pour cela que j'ai souhaité orienter le cabinet dans ce sens ». Anaëlle Germa-Dubos est diplômée d'un Master RH de l'IEP de Paris & d'une Ecole de Commerce. Une étoile est née au pays des réfractaires !

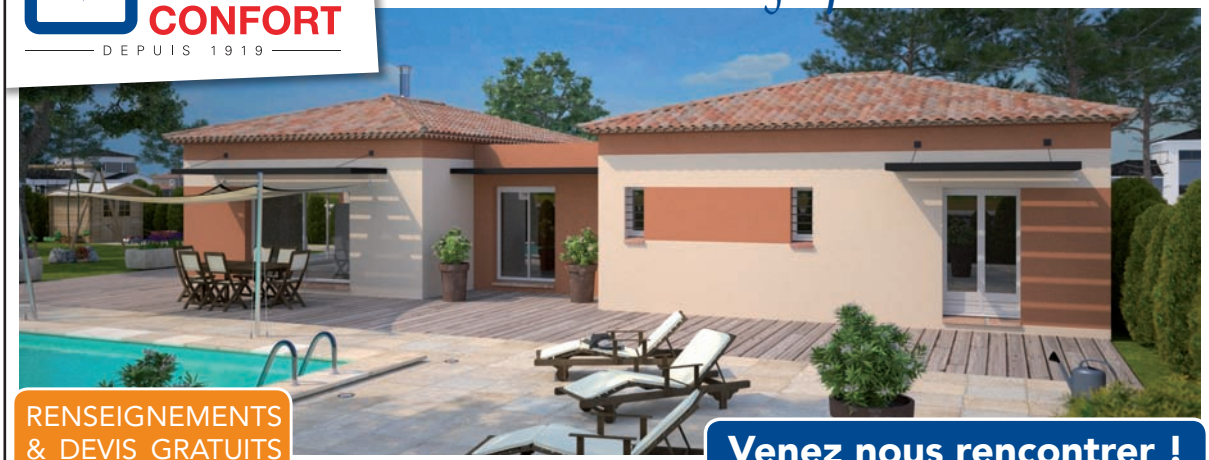
JULIEN GIL

32 ANS

Petit-fils de Michel Gil, figure Carcassonnaise qui a marqué toute une époque, Julien âgé de 32 ans est vigneron. Sa passion pour la viticulture remonte à sa plus tendre enfance, et son cursus scolaire s'est couronné par un BTS Viti-oeno. Ses premiers pas, Julien les accomplit dans le haut Médoc, puis à Margaux et revient au pays en 2005 avec Julia sa dame de cœur. Portés par un amour sans faille et une même passion, ils achètent leur première vigne en 2006. Depuis le jeune couple a progressé, et se retrouve aujourd'hui avec 9 ha de vignes : Domaine Plô Roucarels, Plô en souvenir du Restaurant de son grand-père et Roucarels, dénomination d'une de leur parcelle. La qualité de ses vins, est à son image, un peu sur la réserve à l'ouverture, pour laisser place à une belle palette aromatique, une structure élégante et fraiche dans l'équilibre et l'harmonie. Julien et Julia, une belle histoire simple et sincère, passionnée et réfléchie sous la bienveillance de la citadelle pour cette nouvelle génération qui porte haut et fort les couleurs d'un avenir plein d'espoir.

maisons FRANCE CONFORT
DEPUIS 1919

Traditionnelle, Contemporaine, Élégante...
...nous avons le style qui vous convient !



RENSEIGNEMENTS & DEVIS GRATUITS

Venez nous rencontrer !

Union des Maisons Françaises – Des constructeurs responsables
charte constructeur citoyen
2013 Partenaire Bleu Ciel d'EDF
Partenaire GDF Suez DolceVita
Union des Maisons Françaises – Challenge 2013 Médaille d'or Technologies et Performances
Union des Maisons Françaises – Challenge 2013 Prix du Jury
RÉNOVERT – Le partenaire de votre rénovation énergétique

79 bis, Av. Gnl. Leclerc ■ CARCASSONNE ■ 04 68 47 39 25

carcassonne.mfc@maisonfc.fr ■ www.maisons-france-confort.fr

Horaire été
Tous les jours midi et soir sauf le lundi

Horaire hiver
du mardi au vendredi le midi :
Menu à 15€ ardoise de grillade au feu de bois
et du mardi au samedi le soir

le Jardin d été

Grillade au feu de bois toute l'année

Possibilité de réserver le Restaurant pour Soirées privées - Groupes - Anniversaires

115, rue Barbacane • Carcassonne • Tél. 04 68 72 47 70

PIERRE-LOUIS GILLES

Le Leclerc de Limoux c'est son grand-père qui l'a ouvert, en 1977 sur la route d'Alet. L'enseigne a ensuite dû déménager à Flassian pour grandir, dix ans plus tard. La grande surface était alors posée là, au milieu des vignes, puis elle a attiré du monde et toute une zone commerciale a vu le jour. Pierre-Louis Gilles nous raconte l'affaire familiale avec beaucoup d'enthousiasme. Après avoir effectué des études de commerce, puis assumé divers postes de responsable dans les Leclerc du sud de la France, il revenait au pays en 2010 pour poursuivre l'oeuvre des siens. Vice-président de la société qui gère l'hypermarché, il étudie actuellement les plans d'une nouvelle phase d'agrandissement du magasin de ses parents, ainsi que la mise en place d'un drive. En Limouxin qui se respecte, l'entrepreneur de 30 ans a choisi de s'investir également dans la partie vin... au niveau national. Il participe à l'élaboration des crus de la marque Leclerc mais également à la sélection des produits mis en valeur lors de la Foire annuelle dédiée au fruit de la viticulture et qui trouve écho dans chaque région de France. La Foire aux Vins de Limoux est d'ailleurs réputée. N'oublions pas qu'un jour l'enseigne locale s'est installée au beau milieu des vignes... elle en retire comme un héritage !

30 ANS

MURIEL ET JEAN-CHRISTOPHE GIPOULOU

Agés de 35 ans, ces deux-là ne sont pas jumeaux pour rien ! Passionné de kitesurf qu'il pratique depuis quinze ans, Jean-Christophe a naturellement initié sa soeur, il y a une dizaine d'années. Muriel prend ensuite la présidence du KiteSurf Leucate (KSL) devenu le plus gros club de France avec 150 licenciés. Aujourd'hui, son aire de jeu a pour cadre la plage des Coussoules à La Franqui, une des plus vastes zones d'Europe qui s'étend sur un kilomètre de long. Deux championnats de France y auront lieu cette année : freestyle fin août et vitesse au début de l'automne. Pour rendre le kite accessible aux jeunes Audois, Muriel et Jean-Christophe ont créé un Team jeunes (11-18 ans) en 2009. Sur les 26 membres, 5 sont des débutants qui peuvent pratiquer toute l'année pour 200 euros. Un pôle espoirs a également vu le jour l'an dernier, avec l'aide de la Fédération française de voile libre. Sept jeunes s'entraînent le mercredi et le samedi en compagnie d'un entraîneur fédéral. Cette filière vers le haut niveau porte déjà ses fruits. Louise Delorme, 16 ans, vient d'être sacrée championne de France longue distance ! Pour accompagner cette progression, Jean-Christophe passe son diplôme d'entraîneur. Le KSL a plus que jamais le vent en poupe !

35 ANS

SHANI GRUMBACH

Le plein de charme et un sourire éclatant, ce n'est pas face caméra, en tant que modèle que nous découvrons Shani Grumbach, mais bien derrière l'objectif en tant que productrice. En souhaitant affiner son savoir et son savoir-faire, c'est tout naturellement que Shani Grumbach a aiguisé son savoir-être : depuis 2009, à la tête de son entreprise Ingaproduction, elle s'adonne à la création audiovisuelle en tout genre et met à contribution son inventivité fourmillante. Depuis ses débuts auprès des compagnies artistiques locales, Shani a su élargir son champ de compétences et diversifier ainsi son activité : courts métrages, créations de logos, flyers, tous vos projets sont chez Ingaproduction assurément entre des mains expertes. Portée par son regard créatif, Shani concourt à la réussite du projet auquel elle se consacre pleinement et œuvre ainsi à la promotion de votre image de la manière la plus ad hoc. Théâtre, film, spectacle, quel que soit l'évènement, s'immiscer au cœur d'un univers et le comprendre pour en promouvoir les valeurs est le défi brillamment relevé par Shani. Expérimenter pour dire, expérimenter pour oser, voilà le terrain de jeu sur lequel elle évolue, sur lequel elle grandit, face à la pression du temps et les difficultés financières imposées par le monde audiovisuel. Au final n'oublions pas qu'au travers de sa passion, Shani travaille peut-être dans l'ombre, mais pour faire toute la lumière…

27 ANS

AU SERVICE DE VOTRE BIEN ETRE

Votre (Parenthèse) Numérique

STUDIO M

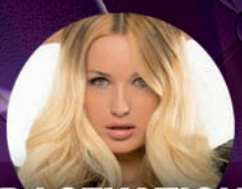
COIFFURE

WiFi ZONE

42 Rue Jean Bringer, 11000 Carcassonne

Tel: 04 68 26 59 19 facebook Studio M Coiffure

- A VENIR -



DJ SEXATION

SAM. 29 MARS

LE 7

DJBENS

VEN. 4 AVRIL

DJ MARI FERRARI

(INTERNATIONAL DJANE)

VEN. 11 AVRIL

DJ MAST

VEN. 2 MAI

facebook LE 7 Club - Service Navette Gratuite : Réservations : 06 95 01 69 47

VIP : Réservations : 06 28 61 83 82

DORIAN GUIRAO

À 32 ans et après un parcours sans faute au sein du groupe BMW - Mini, Dorian Guirao est aujourd'hui le directeur de trois concessions Passion Automobile à Béziers, Narbonne et Carcassonne. Pour trouver l'équilibre entre sa vie de père de famille et la gestion de son entreprise, le manager a décidé d'adhérer au Centre des jeunes dirigeants, une association qui lui permet de partager l'expérience de cadres... comme lui. Une volonté assumée d'apprendre au contact des autres. Dorian Guirao avoue vivre un métier plein d'enjeux, un métier qui demande de s'impliquer mais grâce auquel il ne s'ennuie jamais.

32 ANS

FRÉDÉRIC HERVÉ

À l'âge de 33 ans, Frédéric Hervé est un membre actif de la vie économique locale. Aux commandes de CréAude, pépinière d'entreprises de Carcassonne et Castelnaudary, ce spécialiste de la gestion, des finances et du développement des activités a posé ses valises à Carcassonne à la fin de l'année 2008. La structure, gérée par une association créée en 2006 sous l'impulsion de la Chambre de Commerce et d'Industrie - qui continue à la financer en grande partie - mais aussi grâce au club des chefs d'entreprises carcassonnais et à la plateforme d'initiative locale, prodigue gratuitement conseils et moyens matériels aux entreprises en création, à commencer par des locaux. Une façon de donner toutes les cartes nécessaires à ces projets dit « à potentiel » qui, après trois à quatre ans au sein de la pépinière sont pérennes, avec trois à quatre emplois créés. Avec ce chiffre : en France, 50% des entreprises nouvelles ne voient pas leur cinquième année d'existence... Un chiffre que la pépinière permet de relever, avec 80% de ses projets qui atteignent cette date « couperet » en pleine santé. Ce jeune « vétéran » de l'entreprise, ayant débuté au sein d'une start-up de La Rochelle met aujourd'hui les jeunes entrepreneurs en relation, afin de rompre leur isolement. Une réussite, puisque depuis 2006, les entreprises passées par la pépinière ont généré 55 emplois. Une activité qui lui laisse encore le temps de s'occuper de l'équipe des vétérans du club de foot de la Malepère, à ses heures perdues.

33 ANS

GAUTHIER HILLE

Gauthier Hille vocation : la gastronomie. Tombé tout petit dans la marmite, il lui aurait été difficile d'échapper à l'héritage de trois générations des arts de la bouche. Gauthier le petit dernier de la lignée, cet ancien de Lenôtre, Potel et Chabot s'en paye une bonne tranche depuis plus de cinq années dans son Olympia de la zone de la Bouriette. Un air ébahi de l'oiseau tombé du nid, une bouche de gros poupon mais il a ce truc indéfinissable entre l'ingénu et le pro tranquille qui lui a valu la reconnaissance dans la région et au-delà. Pas facile pourtant de se libérer d'un passé en affrontant le défi d'une autre génération tout en secouant les casseroles de la famille. Et Gauthier rencontra Lydia sourire sympa, sens du contact et joie de vivre, il n'en faudra pas plus pour ouvrir les portes de la com' et du monde des affaires. Gauthier et Lydia pour une nouvelle génération des métiers de bouche, une façon de remuer le fond de sauce du passé pour refaire du neuf.

27 ANS

LE CHAI
PORT MINERVOIS
Depuis 1998

LA MAISON DES VINS DU MINERVOIS
HOMPS

190 références de vins au tarif propriété... Produits du Terroir

Sur le quai des Tonneliers, au bord du Canal du Midi à Homps, les vignerons du Minervois ont installé leur Maison des Vins et leur Boutique, au cœur de la capitainerie de Port-Minervois.

Ils vous proposent une sélection rigoureuse de vins de plus de 100 caves et domaines de l'appellation, au tarif propriété, et vous ont concocté toute une série de dégustations, animations et actions promotionnelles.

RENDEZ-VOUS AVEC UN VIGNERON TOUS LES MARDIS ET JEUDIS - AVEC 4 VIGNERONS TOUS LES VENDREDIS

Horaires : du 01/05 au 30/09 du lundi au vendredi 9h-12h / 14h-19h, samedi 10h-12h / 14h-19h.
Du 01/10 au 30/04 du lundi au vendredi 9h-12h et 14h-18h.

35 quai des Tonneliers 11200 Homps - 04 68 91 29 48
Vente en ligne : www.lechai-portminervois.com

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, CONSOMMEZ AVEC MODÉRATION

MINERVOIS
GRAND VIN DU LANGUEDOC

agence AOC-Béziers

ROUTE 20 Corbières A.O.C

En Corbières, on mise tout sur le vin.
www.20decorbieres.com

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

LUCAS HUILLET

Il est un des symboles de la réussite des Carcassonnais en matière de judo. Il a intégré le club de Carcassonne Olympique dès l'âge de 6 ans, où il a été entraîné de longues années par Didier Fonghetti et Claude Ournac. Champion départemental poussins, champion régional benjamins, il a gagné son premier tournoi international en minimes 2e année, à Saint-Cyprien. Une blessure au dos l'a éloigné des tatamis pendant huit mois, mais Lucas en a profité pour se forger un moral d'acier. Membre de la classe départementale judo de Varsovie de la 6e à la 3e, il s'est classé 5e de la Coupe de France, en cadets 1ère année, avant de rejoindre le pole espoirs de Montpellier en 2e année. Il faisait partie de l'équipe de Carcassonne Olympique qui s'est classée 7e du championnat de France, l'an dernier. Il se forme désormais au pôle France de Marseille, où il a trouvé une structure à la mesure de son talent. Dans un an, le bac S en poche, il espère continuer sa progression à Paris, là où il avait enfilé son premier kimono, à l'âge de 4 ans.

16 ANS

DAVID HUNT

Voilà maintenant quatre ans que cet entrepreneur de 34 ans a repris la société créée par son père en 1974, à Castelnaudary, après un cursus CAP, BEP et Bac Pro dans la menuiserie. Des études que l'entrepreneur chaurien a par la suite choisi de prolonger par un Brevet de maîtrise en un an. Au sein de l'entreprise Hunt, le savoir-faire artisanal s'est transmis de père en fils, avec une volonté majeure : tabler sur une qualité de service à toute épreuve, avec une forte relation client. Aujourd'hui, l'entreprise compte 7 salariés qui réalisent de la menuiserie intérieure, extérieure, des portes « à l'identique », des clôtures, ou encore des escaliers au sein de l'atelier de fabrication. Et si aujourd'hui David Hunt effectue avant tout le travail d'un chef d'entreprise, avec les contraintes qu'il implique, il n'a pour autant pas laissé sa passion de côté, et continue à intervenir sur des chantiers plus spécifiques. Ce qui a tout de même laissé le temps à ce chaurien de cœur de se consacrer au modélisme, et de construire sa propre maison en ossature bois (on ne se refait pas), à Castelnaudary, bien évidemment.

34 ANS

ISABELLE ET SHIRLEY

La première est manipulatrice radio, la seconde prothésiste dentaire. Ensemble, les deux copines ont monté leur société, dans un tout autre registre. Leur rôle : celui des petites souris qui, tapies dans l'ombre, taillent sur mesure le destin de leur bien-aimée Cendrillon. Isabelle et Shirley sont wedding planner. Il y a deux ans, elles décidaient de se lancer un défi « plaisir » dans le but avoué d'offrir à de futurs mariés la plus belle journée de leur vie. En 2013, Isabelle et Shirley ont effectué seize prestations... du conseil à la location d'accessoires, jusqu'à la conception d'un événement complet façon « clef en main ». Une des particularités des deux jeunes femmes : la cérémonie laïque. Sur la plage ou dans un jardin. Peut-être un jour réaménageront-elles une forêt pour un mariage aux nuances enchantées. Un « oui » prononcé entre deux grands chênes et un regard... des mariés à leurs complices, « un merci qui vaut le coup de s'investir ». À noter : les deux femmes d'affaires ont participé en tant qu'exposantes au dernier salon du mariage de Carcassonne.

34 ANS

Castel Nautique

Croisières sur le canal du midi sans permis

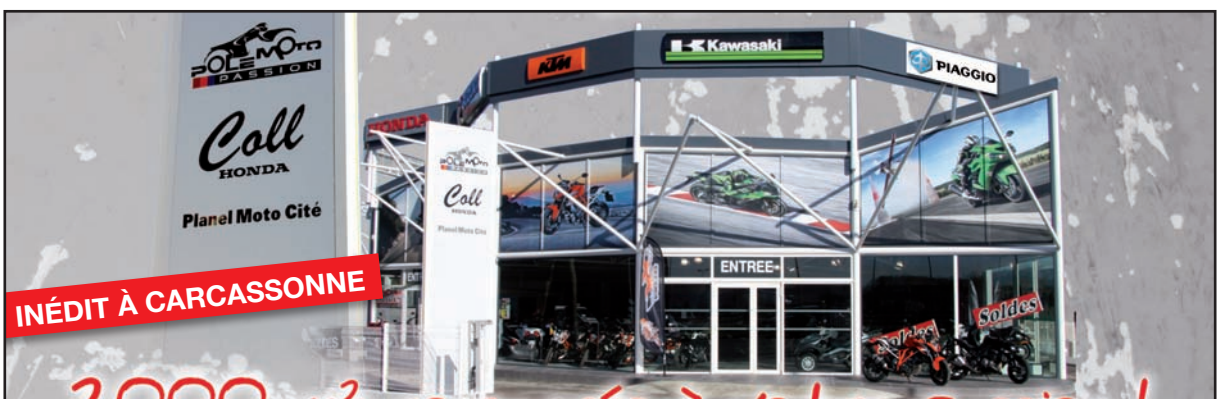
Location de bateaux électriques
à partir de 25€ *(heure ou demi-journée)*

Location de vélos et de VTT

Location de vedettes fluviales
à partir de 250€ *(la journée)*

Port de Bram BP25 - 11150 Bram
Tél. : 04 68 76 73 34
www.castelnautique.com • castel.nautique@orange.fr

Nicols



INÉDIT À CARCASSONNE

2000 m² consacrés à votre passion !

LE PLUS GRAND CHOIX DE LA RÉGION
MOTOS / SCOOTERS / ACCESSOIRES

Les plus grandes marques représentées :

Vespa aprilia MOTO GUZZI HONDA Kawasaki SUZUKI KTM RACING TEAM PIAGGIO

POLE MOTO PASSION

Rond point G.Pompidou - 11000 Carcassonne *(face Leclerc)*
Rte de Toulouse - Tél : 04 68 10 70 96

MOTO AXE

PIERRE JUILLET

22 ANS

Savoyard d'origine, Pierre Juillet à 22 ans exerce le métier de ferronnier d'art à l'ancienne. Ce métier de ferronnier est un dérivé des métiers de la forge (forgeron) nécessitant des compétences culturelles historiques dans l'architecture médiévale et l'art religieux. Pierre Juillet créa « la Forge Del Castillo » dans un atelier sur la zone de l'Estagnol à Carcassonne en 2011. Pierre est petit-fils de ferronnier d'art savoyard, diplômé des métiers d'art en ferronnerie et monture en Bronze, il exerça son apprentissage dans différentes forges en Suisse et en Savoie notamment chez un célèbre fabricant de cloches connu mondialement pour son expertise dans les harmonies sonores… Ses dernières réalisations peuvent se voir à la Cathédrale Saint-Michel dans le cadre de la restauration de la structure en fer forgé qui maintient le bénitier et le lutrin de l'autel lequel sert de support à la lecture des saintes écritures. En tant que spécialiste de l'art religieux, il est reconnu pour ses expertises en art roman, gothique et baroque. Sa clientèle va des professionnels (huisserie métallique) aux monuments historiques (édifices religieux, châteaux) jusqu'aux particuliers (portails, balustrade, pergola, grille de protection, marquises sur mesure …). Il travaille les matériaux suivants : le bronze pour les ornements, l'acier et le fer pour la ferronnerie. Toutes les réalisations sont faites à l'ancienne à la forge, à la force du poignet, du marteau et de l'enclume. Pierre Juillet est diplômé d'honneur des arts plastiques de Béziers en 2012. Sa citation préférée est « c'est en forgeant que l'on devient forgeron » car c'est un défi permanent de travailler le métal pour transmuter la matière en un chef d'œuvre.

Aline Asco

Primeurs Fruits et Légumes

Produits Frais

Le Printemps est de retour !

Faites le plein de vitamines !

55, rue Jean Bringer • Carcassonne

Tél./Fax : **04 68 25 07 98**

L'Écurie

Restaurant

Venez découvrir le jardin de L'Écurie

Christophe Foulquier

Nouvelle cuisine ♦ Bar-tapas ♦ Nouvelle déco

Formule déjeuner, Menu à 28€ et 35€

Retransmission sur écran géant coupe du monde de foot

43, Bd Barbès Carcassonne

Tél. : 04.68.72.04.04

Ouvert tous les jours sauf le dimanche soir ♦ Service tardif

Sud de France

VINS DE LA CITÉ DE CARCASSONNE

L'Histoire pour Terroir

Pour vous mettre en relation avec les Vignerons :

To get in touch with our winemakers:

+33 (0) 468 78 75 88

www.vins-citedecarcassonne.com

TIGI COLOUR

Nouveau !

Barbe à l'ancienne

KAM'S Coiffure

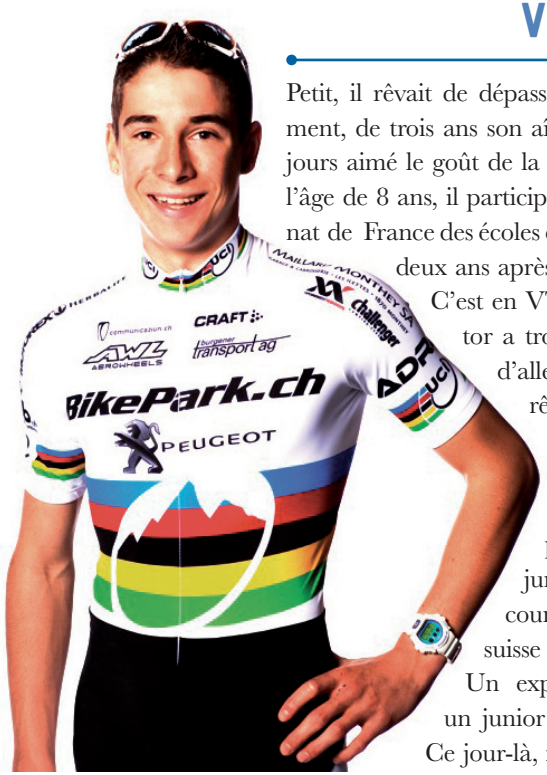
Masculin / Féminin

Tél. 04 68 71 86 07

7, Rue Victor Hugo - Carcassonne

du mardi au samedi 9h >19h non stop

VICTOR KORETZKY



Petit, il rêvait de dépasser son frère Clément, de trois ans son aîné. Victor a toujours aimé le goût de la compétition. Dès l'âge de 8 ans, il participait au championnat de France des écoles de cyclisme… deux ans après ses débuts ! C'est en VTT que Victor a trouvé le moyen d'aller au bout de ses rêves. En 2011, il est loin d'être favori quand il devient champion du monde junior de cross-country, sur le circuit suisse de Champéry. Un exploit inédit pour un junior première année. Ce jour-là, il repartait même avec une deuxième médaille d'or, en relais avec l'équipe de France. Avant de ramener deux médailles d'argent l'année suivante, derrière son grand rival, le Néo-Zélandais Cooper. En 2012, il remportait trois manches de la Coupe du monde junior. Et en 2013, pour ses débuts chez les espoirs, le coureur licencié au Vélo Sprint Narbonnais confirmait son potentiel en se classant 8e du championnat du monde de VTT, en Afrique du Sud. Cette année-là, il remportait aussi la Coupe de France. Le garçon brille aussi en cyclo-cross. Il s'est adjugé six victoires l'hiver dernier dont un titre de champion régional, en décembre, et une 5e place au championnat de France. Pour ce jeune qui fêtera ses vingt ans en août, la roue tourne toujours dans le bon sens...

19 ANS

EMMANUEL LALIA

21 ANS

Emmanuel Lalia aime son métier, il le dit et l'a prouvé ! À 21 ans, il vient de remporter le Concours jeunes talents restaurateurs de France. Actuellement apprenti au Restaurant L'Écurie à Carcassonne sous le conseil avisé du chef Frédéric Becq, il obtiendra son CAP en juin et partira sillonner le monde afin de piocher des idées à droite à gauche et, pourquoi pas, rappeler çà et là d'où il vient. Peut-être ce passionné cuisinera-t-il un jour l'agneau du pays cathare en Argentine ? En souvenir de Carcassonne, la ville où dans sa jeunesse il apprenait à travailler les produits d'une région riche en gourmandise.

Sud Formation

CCI CARCASSONNE

programme 2014

TOURISME-HÔTELLERIE-RESTAURATION

COMMERCE-VENTE-DISTRIBUTION

PHARMACIE

MÉCANIQUE-AUTO

Avec nos nouvelles formations BAC+3, devenez :

- Responsable Manager de la Distribution
- Responsable Développement Commercial
- Responsable Développement Commercial - Option Vins
- Responsable Développement Commercial - Option Assurances

Réalisation : Scom CCI Carcassonne - Photos : Scom CCI C., Fotolia

L'Alternance à Carcassonne, c'est :

Un diplôme
Du CAP au BAC+3

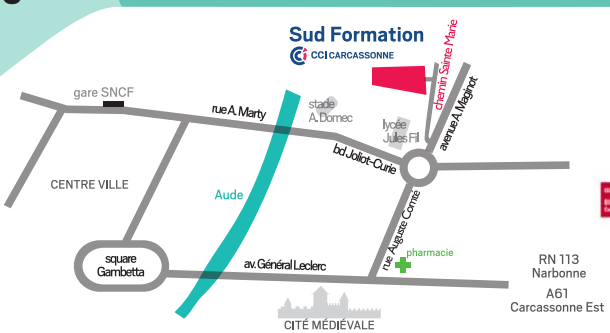
Un contrat de travail
La formation en alternance est rémunérée
Liste d'entreprises fournies

Une formation sur mesure
Coaching
Accompagnement personnalisé

Nos prochains rendez-vous :

- **Semaine de l'Alternance**
  Du lundi 31 mars au samedi 5 avril
- **Journée portes ouvertes**
  Samedi 5 avril / 9h-12h et 14h-17h

Sud Formation - CCI Carcassonne
T. 04 68 71 38 76
Chemin Sainte Marie - Carcassonne
formation@carcassonne.cci.fr
www.formation.carcassonne.cci.fr



CERTIFIER 2012

PERRINE LAFFONT

15 ANS

Un immense sourire, au soir de sa 5e place aux qualifications, et des larmes, après sa 14e place en finale des Jeux Olympiques. En deux images, Perrine Laffont a ému tous les Pyrénéens. À commencer par ses grands-parents domiciliés à Chalabre. Car cette petite de quinze ans a eu un cran immense pour déjouer les pièges du parcours de ski de bosses de Sotchi. Plus jeune des 116 séléctionnés français pour les JO d'hiver, elle a aussi été la première à entrer en lice. Et de quelle façon ! Une première descente magistrale l'a hissée directement en finale. « Je ne m'y attendais pas. Je visais plutôt entre la 10e et la 20e place ! » Née en octobre 1998, Perrine n'avait jamais disputé une épreuve de Coupe du monde avant ses débuts à Calgary (Canada)... un mois avant les Jeux ! Après trois épreuves nord-américaines terminées autour de la 20e place, elle avait décroché une place en finale à Lake Placid où elle s'était classée 11e. Ce classement - son meilleur jusque-là - et sa régularité avaient convaincu la fédération de lui offrir un billet pour la Russie. Son talent et son insouciance l'avaient propulsée à la 5e place de la descente des qualifications, avant l'immense déception de la finale. Longtemps après son run, Perrine pleurait dans les bras de son coach, inconsolable. « Il y a du positif, mais beaucoup de négatif aussi », avouait-elle. Mais à l'Extreme Park de Rosa Khutor, « Pépette » s'est forgée une précieuse expérience et a posé des jalons pour l'avenir. « Dans quatre ans, ce sera bon », lançait son entraîneur de l'équipe de France. Perrine revient de loin. Il y a un an, la licenciée des Monts d'Olmes évoluait dans l'anonymat des critériums jeunes, dans les Pyrénées. Et si elle a rejoint l'élite mondiale, elle a devant elle une immense marge de progression, afin d'améliorer l'amplitude de ses sauts, par exemple. Car pour le reste, que ce soit techniquement ou physiquement, elle est déjà au niveau des meilleures. A Font-Romeu, elle s'entraîne d'arrache-pied pour être au rendez-vous des JO en 2018. Cette fois, l'objectif sera de remporter une médaille. Et pourquoi pas le titre. Depuis la Coupe du monde de football ramenée par Fabien Barthez en 1998 - l'année de naissance de Perrine -, Lavelanet n'attend que ça. La ville a déjà réservé un accueil triomphal à Pépette, au retour de Sotchi. De quoi encourager la jeune fille de 15 ans à poursuivre dans cette belle voie.

Domaine Pujol Izard

8 bis, avenue de l'Europe - 11800 SAINT-FRICHOUX - FRANCE
Tél. 04 68 78 15 30 - Fax 04 68 78 24 58
info@pujol-izard.com - www.pujol-izard.com

Le Labyrinthe

Ferme Animalière

Repas de groupe

Animation Musicale DJ
Vendredi, Samedi

Location Salle
Mariage, Communion, Séminaire

Soirées à thèmes
Blanches, Disco, Sévillanes

Ouverture du Bar/Resto extérieur à partir de juin

Location de Gîtes & Chalets

Domaine La Bouriette, 11290 Arzens - 06 08 21 14 37 - mazerm.jc@orange.fr
www.carcassonne-gite-wine-com

LUDIVINE LAMOTTE

Le Chapeau Rouge de mon époque, plongé dans la mémoire de notre ville avant Facebook et les teasers de programmation fraichement débarqués sur la toile. Le Chapeau Rouge accroché à ma mémoire dans le « poulit » quartier de la Trivalle de Gualdo est aujourd'hui un lieu dédié aux musiques actuelles géré par l'assos 11 bouge, la culture populaire y est célébrée avec attention et pertinence et Ludivine Lamotte dévoile les indices d'un engouement pour toutes les musiques actuelles aux yeux des purs et durs. Profil Facebook, Ludivine Lamotte ne se voile pas la face, elle, qui est responsable de la com' de l'assos, elle n'est pas à la loose pour bouger la toile et les réseaux sociaux, et le Chapeau Bouge et Carcas' et au-delà du 11 aussi , avec cette assos' jeune, dynamique et incontournable sur le territoire. Ludivine qui se définit indépendante, optimiste, rêveuse mais aussi douée de talents d'organisation, se sent bien dans sa salle de concert. « La vie est une aventure ou elle n'est rien…» ; sa devise qu'elle nous a cachée sur son Profil mais qui peut être reprise à son compte. Le Chapeau n'a pas fini de bouger !

34 ANS

YAZID LAREDJ

Yazid Laredj, 33 ans, est l'un des plus anciens joueurs du club de Handball de Carcassonne. C'est en effet à l'âge de 10 ans qu'il a shooté ses premiers ballons et depuis, il n'a jamais délaissé les gymnases, ni renié son club et sa passion. Par deux fois, Yazid Laredj fut champion de France avec l'équipe universitaire de Toulouse en 2000 et 2005. Dans la vie, il est employé de banque, à la banque Courtois, et ce, depuis 2006, juste après l'obtention d'un Master Droit Economique et Gestion de la Communication à l'Université de Toulouse I. Par ailleurs, manifestation de son intérêt pour la chose publique, il est conseiller municipal depuis 2008. Chose publique et pas forcément politique, soit dit en passant. Surtout, par fidélité et conviction, il a fait le choix de suivre un homme, Gérard Larrat, dont il fut directeur de campagne.

33 ANS

CLÉMENT LECUBAIN

Il y a trois ans, le jeune Carcassonnais avait frappé un grand coup en terminant 2e du championnat de France des - 11 ans... alors qu'il n'avait que 8 ans ! Clément a fait presque aussi bien l'an dernier, pour sa dernière compétition dans cette catégorie, en obtenant le bronze. Cette saison, le collégien de Jules-Verne confirme son incroyable talent, en moins de 13 ans. Vainqueur du tournoi de Nîmes, il a pris rendez-vous pour les « France », programmés en mars au même endroit. Tout en sachant que la mission sera très difficile, puisqu'il ne s'entraîne plus qu'une fois par semaine, soit cinq fois moins que ses concurrents. « Clément joue aussi au hand, au tennis de table, au volley... » égrenne son père Bruno qui ne lui met pas la pression. Bien vu, car le jeune garde le plaisir de jouer, tout simplement. Clément a été formé dès l'âge de 5 ans et demi par John Catlow, d'abord à l'Acacia puis au Paradis Squash. C'est grâce aux conseils de cet entraîneur passionné qu'il a progressé aussi vite. Sur les courts, il compense un relatif manque de puissance par une vision du jeu et une technique hors du commun. Son père Bruno, qui commence à avoir du mal à tenir l'échange, peut témoigner de ses progrès !

12 ANS

KinG Jouet

PETITS ET GRANDS, TOUS GAGNANTS

◂ Caméra Sport HD

54€99

Barre de Son verticale ▸

59€90

ESPACE JEUX VIDÉOS

chez king jouet

- Jeux videos et consoles
- Neuf et occasion
- Reprise de tes anciens jeux

KinG Jouet

ZI du Pont Rouge

CARCASSONNE

Tél : 04 68 11 18 06

YAMAHA

HP MOTOS CARCASSONNE

Rue Magellan - ZA pont Rouge

CARCASSONNE - 04 68 72 67 32

www.hp-motos.com

LISE

30 ANS

Entre elle et le piano c'est une longue histoire d'amour. Dès l'âge de 5 ans, de l'école Barthez au conservatoire de Narbonne puis à Perpignan, elle explore les premières émotions qui se dégagent de l'instrument. En famille, à Ouveillan, elle prolonge le plaisir de jouer souvent, longtemps. Une atypique passion se dévoile.
Adolescente, Lise écrit des chansons et compose des mélodies. Précoce. Un peu plus tard, le hasard qui sied au monde artistique lui fait croiser la route de Bruno Buzan, le manager de Cali. C'est le point de départ d'un album qui verra le jour en 2011. Un premier opus dans lequel Lise chante en français et en anglais, accompagnée seulement de son piano et de toutes les nuances qu'il peut lui apporter. Car la jeune artiste utilise autant les touches que les cordes et les marteaux du clavier. Cela donne un répertoire très personnel, loin des artistes standardisés qui envahissent les scènes et les hits. Loin aussi de ses premières gammes franchement plus classiques ! Lise est une exploratrice des sons. Un destin à suivre de près dans les années à venir.

LAURENT MAIGNOT

35 ANS

Laurent Maignot, 35 ans de souche Aveyronnaise, Audois d'adoption a un parcours atypique, riche d'enseignements dans le domaine de la polyvalence et de la reconversion. Avant de se lancer dans l'aventure du développement des franchises Natur House et du monde de la diététique, Laurent Maignot était pendant 10 ans un ingénieur commercial communication & systèmes de l'industrie spatiale. Laurent Maignot a ouvert son premier magasin Natur House à Castelnaudary en 2011, lieu de sa résidence. Le deuxième a vu le jour à Pamiers en octobre 2011. Le jeune chef d'entreprise a relancé l'activité de Narbonne en 2012 et a créé en 2013 le Natur House de Carcassonne. Le réseau du groupe Natur House a choisi de s'implanter sur la zone d'activités de la Bouriette, là où se sont installées Les Halles Gourmandes.
Accompagné de diététiciennes diplômées, Laurent Maignot se définit comme un coach de l'appétit et de l'alimentation et de la démarche nutritionnelle du bon sens. « Dis moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es » pourrait-on résumer…

MARIE MAIGNOT

35 ANS

Expert comptable à Carcassonne, cette jeune femme de 35 ans a racheté, en 2011, les parts d'un expert du cabinet d'expertise comptable Sauditec, lors de son départ à la retraite. Originaire de la ville préfecture, elle ne l'a quittée que pour suivre les cours de l'école supérieure de commerce de Toulouse, dont elle sera diplômée en 2001. Des études complétées, en parallèle, par le cursus des diplômes comptables et qui l'amèneront à se spécialiser dans la gestion comptable et financière. Aujourd'hui, 10 ans après l'obtention de son diplôme, elle fait partie des 3 associés de Sauditec, qui compte 26 salariés. Passionnée par la notion de service aux entrepreneurs et chefs d'entreprises, Marie Maignot apprécie tout particulièrement le travail d'accompagnement de ces derniers, et ce, bien après la création de leur société. Mais les passions de cette jeune expert comptable ne se limitent pas à la finance. Mordue de sport, elle est également membre du bureau exécutif de l'ASC XIII, même si, plus jeune, elle s'était tournée vers le volley-ball. Un autre aspect de ses passions, résolument tournées vers l'humain et la découverte de secteurs multiples et variés.

ADV

L'ART DE VIVRE

BAR - RESTAURANT
CARCASSONNE

BAR MUSICAL / TAPAS

APÉRITIF DINATOIRE / GROUPE

OUVERT DU MARDI AU DIMANCHE DE 18H00 À 2H00
7 PLACE DAVILLA, 11000 CARCASSONNE
TÉL. 04.68.10.67.28 - 06.72.07.80.71

CUISINE TRADITIONNELLE, REPAS DE GROUPE, ANNIVERSAIRE, SÉMINAIRE

Anne de Joyeuse
vous présente
Happy Day

A découvrir dès le 25 mars 2014
dans nos 3 magasins :

Oustal Limoux
04 68 31 11 30
-
Oustal Saint Hilaire
04 68 69 43 18
-
Oustal Montazels
04 68 74 04 76

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consoommer avec modération

GEOFFREY MASCARELL

29 ANS

Le Narbonnais est monté tout petit sur une planche, avant de découvrir le kitesurf en 2006. Trois ans après ses débuts, il remportait sa première étape du championnat de France de vitesse ! C'est au Mondial du Vent, à deux pas de chez lui, qu'il s'est révélé : 3e en longue distance et en vitesse pour ses premières participations. Devenu champion de France de la spécialité, il a confirmé en réalisant la 2e meilleure vitesse de pointe au Mondial du Vent 2013. Cet amateur de sensations fortes s'est reconverti avec succès dans le boardercross, qui permet de se mesurer aux autres sur des courses de quatre. « C'est la discipline qui m'attire le plus, et comme elle devrait devenir olympique... ». À Saint-Pierre-la-Mer, il a remporté la Coupe d'Europe en 2012. Cette année, il compte participer à la Coupe du monde de boardercross. Il s'entraîne toujours à Gruissan, où se trouvent aussi son sponsor et une partie de sa famille. Serveur dans la vie, cet amateur de 29 ans ne vit pas de son sport. «Mais quand je quitte le travail et qu'il y a du vent, je vais à la mer... »

JEAN-BENOÎT ET BENJAMIN MAURY

29 ANS

Les deux frères sont arrière-petits-fils, petits-fils et fils de minotiers, et même neveux de boulangers pâtissiers ! Autant dire qu'ils sont tombés très jeunes dans le pétrin comme Obélix dans le chaudron de potion magique !

Jean-Benoît, 29 ans, est d'abord passé par une école de commerce. Son Master en communication marketing en poche, il est revenu vers une irrépressible passion : la boulange ! Il prend donc la relève de ses parents Sylvie et Bernard aux fours de la Maison Maury, boulangerie pâtisserie artisanale implantée place de l'Hôtel de Ville à Narbonne. Le pain et les viennoiseries, c'est son rayon !

Son frère Benjamin, 26 ans, a lui suivi un parcours plus direct. Diplômé de l'EBP (école de boulangerie de Paris), il a suivi plusieurs stages dans des maisons de renom : apprentissages chez Ladurée à Paris, chez Caratier à Béziers, chez le célèbre chocolatier Hugues Pouzet (chroniqueur chez Bern à la télévision) dans la capitale. Désormais, JB et Benji représentent l'avenir de leur corps de métier. Ensemble, ils séduisent les palais narbonnais. Même le Palais des Archevêques !

26 ANS

leblackcarcassonne
NAVETTE GRATUITE
Le Black
DISCOTHEQUE
VENDREDI : GRATUIT POUR TOUS
SAMEDI : GRATUIT POUR LES FILLES (avant 1h)
ANNIVERSSAIRES, SEMINAIRES, APERO-DINATOIRES, SOIREES PRIVEES NOUS CONSULTER
NAVETTE & RESERVATIONS
Le Carré VIP
06 01 31 00 88

www.domainelatourboisee.com
« Si nos vins ont du corps,
ils ont surtout une âme »
Jean-Louis Poudou
DOMAINE TOUR BOISEE
DOMAINE FAMILIAL DEPUIS 1826
AOC Minervois
Caveau de dégustation ouvert
Lundi au vendredi 9h-12h/14h-17h
ou sur Rendez-vous
Wine tasting cellar open
Monday to Friday 9 am-12 am/2pm-5pm
T. 04 68 78 10 04
11800 Laure-Minervois
info@domainelatourboisee.com

FRÉDÉRIC MÉLIÈS

30 ANS

Frédéric Méliès alias « Federico Mesclando » a été présent sur les scènes Carcassonnaises depuis de nombreuses années, tantôt en tant qu'organisateur de soirées, tantôt en tant que Dj.

Mais c'est vraiment en 2007, lorsque l'opportunité se présente d'intégrer l'association Famille Electro, que son activité prend un tout autre sens.

À force d'assiduité et d'implication, Frédéric devient l'un des piliers de l'association au travers de laquelle il prend plaisir à collaborer auprès d'une équipe motivée.

Ayant pris aujourd'hui le relais de la présidence du collectif dont Janoz (Jean-Noël Lloze) a été le père fondateur, Frédéric est l'instigateur de projets artistiques liés à la création multimédia et ne faiblit face à aucun challenge.

Rencontres musicales notamment électro, musique qu'il tend à promouvoir dans le territoire Audois, Frédéric tend à fédérer les talents dans le but de partager et faire découvrir ce qui le fait le plus vibrer.

En dehors des difficultés induites par le monde associatif, il n'en reste pas moins, une persévérance, une passion, dont les projets de Festivals ne fléchissent pas, au contraire…

CLÉMENT MENGUS

32 ANS

Créateur d'idées, ambitieux et ingénieux ce jeune alsacien découvre la région alors qu'il étudiait à Beaune. Il s'y installera aussitôt. L'agriculture biologique est son choix dès la création de son activité. Avec l'aide de son épouse, il ouvrira également des gîtes.

Ce jeune vigneron élabore aujourd'hui des vins frais, fruités, fins, toujours à la recherche de l'excellence. Il y parvient tout en élégance.

Un bel exemple d'intégration en Languedoc pour ce jeune homme à l'avenir prometteur.

NOUVELLES OPÉRATIONS

ALZONNE
Le Moulin Reillou

Parcelles de 400m²
Prêtes à construire*

PALAJA
La Perdigola

Parcelles de 700 à 1 100m²
Livraison avril 2014*

*Conditions en agence. www.monagencedunet.com

Pour plus d'informations

Thierry MONTAGNON – Responsable Commercial

HECTARE.fr
TERRAINS A BATIR
06 08 22 55 67

- Vins
- Spiritueux
- Bières
- Sodas
- Cafés

BOISSONS DISTRIBUTION NAVALS

Z.I L'Estagnol - rue Nicolas Copernic - Carcassonne
Tél. 04 68 71 48 11 - Fax 04 68 47 69 20
email : bdnavals@wanadoo.fr

CENTRALE EUROPÉENNE DE DISTRIBUTION

DANIEL MINET

24 ANS

À 24 ans Daniel Minet devient le plus jeune étoilé de France. C'était au mois de Mars 2010. Un macaron préservé religieusement dans sa cuisine de L'Ambrosia à Pezens. Quatre années sont passées, vite, très vite dans une créativité sans cesse renouvelée. Quatre années passées à remettre cent fois l'ouvrage sur les fourneaux, pas question de s'endormir sur ses lauriers c'est pas le genre du bonhomme. Aujourd'hui Daniel Minet, reconnu par ses pairs, en place, jeune et talentueux chef, se prête au jeu de questions au-dessus des bruits de casseroles.

Décryptages via notre Interview New Génération.

La cuisine qui vous inspire demain ?
La cuisine qui m'inspire demain est une cuisine qui se démarque des autres avec une identité, une cuisine légère, des desserts peu sucrés, des produits qui sortent de l'ordinaire « l'excellence au quotidien ».

GPS dans la voiture ou le hasard de la route ?
Je suis pour le GPS dans la voiture, je trouve ça très utile et j'ai du mal à m'en passer lorsque je me déplace à l'extérieur.

Pile ou Facebook ?
Facebook, un très bon moyen de communication (gratuit), très pratique pour signaler des événements, publier des photos, des vidéos... J'aime beaucoup ce support qui est agréable tant d'un point de vue professionnel que privé.

Une devise pour 2014 ?
Tenir et durer !

Qui aimeriez-vous épater en 2014 ?
Les personnes que j'aurai envie d'épater en 2014 sont bien entendu mes clients suite aux travaux que je vais réaliser à l'extérieur sur la devanture de mon restaurant (façade, jardin, luminaires, fermeture de la propriété, signalitique...). A découvrir dans le courant de l'année 2014.

Les produits qui vous inspirent ?
Les produits qui m'inspirent sont tout d'abord les bons produits, des produits que l'on ne trouve pas partout, des produits que je vais avoir plaisir à travailler mais surtout des produits qui vont procurer du plaisir, de l'émotion et qui vont surprendre mes clients. J'aime aussi les produits qui ont une histoire et de ce fait mes serveurs, de part leur argumentation commerciale, vont pouvoir faire voyager le client car mes produits viennent d'un peu partout dans le monde.

Quelle sera votre cuisine dans les années à venir ?
Ce sera toujours ma cuisine dans les années à venir avec de plus en plus de plats incontournables et de recettes création, une identité encore plus prononcée, plus de maturité dans ma façon de travailler mes produits.

Qui avez-vous envie le plus d'épater ?
Les personnes que j'ai envie le plus d'épater sont encore une fois mes clients, je pense que ceci est indispensable de surprendre, de faire rêver, de procurer de l'émotion, de se souvenir des mois après le repas de ce que l'on a mangé et c'est mon souci premier lorsque je réalise mes cartes.

Quelles sont vos peurs dans le futur ?
De perdre un proche.

Quel est le plus grand moment de votre vie ?
Lorsque ma mère m'a annoncé que j'étais espoir étoile Michelin 2 ans après l'ouverture du restaurant. J'avais 23 ans à l'époque...

Une devise pour L'Ambrosia ?
Régularité, Exigence, Détermination...

Librairie • Papeterie

Breithaupt

Librairie • Papeterie
Espace Cadeaux

• 37, rue Courtejaire - 04 68 47 12 24 •

MAUGARD • GRANIER • MARCENAC
Agents Généraux

63, boulevard Barbès - 11000 Carcassonne
Tél. 04 68 71 00 67 - Fax 04 68 25 49 08
agence.maugardgranier@axa.fr

Côté Ferme

Découvrez les
Z'APÉROS !
à partager au comptoir

le plateau 8€

• FROMAGE
• CHARCUTERIE
• LE MIX
• PIQUA PIQUA
(olives, chips, conserves)

LES COUPS DE COEUR

• Saint-Georges d'Ibry
(Blanc ou rouge, bouteille 75cl)
servi à table 10€

Pour l'After Work, du mercredi au vendredi de 18h30 à 20h

Côté Ferme
26, rue Chartran, Carcassonne
Tél. 04 68 47 25 51

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération

MATT « MINIMAL »

À seulement 21 ans, Matt Minimal est l'un des DJ's les plus courus de la planète électro ! Et cela fait un moment que cela dure. Quasiment depuis les débuts, à 15 ans, de ce surdoué carcassonnais dont la carrière a connu ses premiers éclats alors qu'il était encore lycéen à Jules-Fil. En 2009, son premier LP « Buenos Aires » est numéro 1 des ventes, notamment sur Djtunes ! Incroyable parcours pour ce garçon qui a les deux pieds sur terre et désormais toujours un pied en l'air ! Bourreau de travail, il compose, mixe et remixe pour lui-même et pour pléthore d'artistes. Quant à sa carrière, elle le conduit désormais partout sur la planète. Tiens, en ce mois de mars, il s'offre une tournée mexicaine ! C'est dire.

21 ANS

MARINE MORENO

Toute jeune fille, elle venait sur scène avec California pour chanter Zazie ou Superbus avec des rêves plein la tête. Aujourd'hui, Marine Moreno est la voix officielle et féminine de California ou le rêve devenu réalité ! Pour cela, Marine est passée d'abord par l'école de Katy Bauza et par la troupe les Dragibus à Ginestas. En 2008, elle intègre son premier orchestre, Alcatraz, dans les P.-O. Elle n'en reste pas prisonnière. En 2010, elle est engagée dans un des plus gros et des plus anciens orchestres de variétés : Les Méditerranéens. Le grand saut dans la profession. Puis vient le top pour elle, rejoindre California qui la faisait rêver à l'époque des grandes scènes du Minervois à Azille, Homps, Olonzac... La Narbonnaise de 23 ans y révèle un tempérament de rockeuse. Très scénique au niveau de ses tenues, elle apprécie particulièrement Shaka Ponk, Skip The Use, Lacuna Coil, Nigthwish, AC/DC, Bruno Mars, Pink, Ellie Goulding, Evanescence... Pour 2014, Marine nourrit un beau projet avec un compositeur de haut niveau, William Thomas : un concept album ambiance gothique. Encore un rêve à vivre.

23 ANS

MARION MORTEFON

Sa passion pour la planche à voile, elle l'a héritée de son frère Pierre, de trois ans son aîné. Originaire de Port-la-Nouvelle, Marion a débuté à l'âge de 11 ans, avant de franchir les paliers avec une étonnante régularité. Elle a découvert les compétitions internationales en catégories de jeunes, avant de poursuivre sa formation au lycée sport-études à Montpellier. Depuis quatre ans, elle se frotte à l'élite, sur des épreuves de Coupe du monde de windsurf. Une 7e place en Turquie, en 2012, l'a révélée au plus haut niveau. L'an dernier, elle a effectué la totalité des étapes du circuit, finissant 8e du classement général. Agée de 21 ans, la Nouvelloise estime avoir encore une belle marge de progression. Licenciée au Club nautique des Corbières, à Sigean, elle s'entraîne à Port-la-Nouvelle, Gruissan ou Leucate. « Il y a beaucoup de vent, et ce sont les conditions qui me plaisent le plus », explique-t-elle. Cette année, elle s'est fixée comme objectif d'intégrer le Top 5 mondial. Elle espère aussi récupérer son titre de championne de France de slalom, après sa deuxième place la saison passée. Elle avait déjà été titrée en 2011, étant même sacrée championne d'Europe en jeunes. Marion a d'autant plus de mérite qu'elle accomplit des études d'ingénieur en alternance. C'est ce qui s'appelle avoir la tête et les jambes !

21 ANS

R. CHAYLA *Immobilier*

Since 1991

Une équipe à vos côtés quel que soit votre projet immobilier !

chaylaimmobilier.com - 04 68 71 57 27

Transaction - Gestion - Location - 76 allée d'Iéna 11000 Carcassonne

DEPUIS 50 ANS À VOS CÔTÉS

LA CLINIQUE DE MIREMONT

institut psychothérapique

- Dépression
- Alcoologie
- Burn Out

La Clinique de Miremont

11800 Badens • 04 68 79 12 06 • www.cliniquedemiremont.com

FRANÇOIS MOURAD

33 ANS

Une Télé qui déboule sur la Toile, TV Carcassonne, une Radio : Chérie FM qui s'est relookée, vieillira vieillira pas. On le sait un fossé s'est installé entre les âges dans cet univers impitoyable de la com et de l'info, cela aurait pu être inquiétant. François Mourad, lui, a passé sa longue crise d'ado, des études un peu bâclées mais un feeling du terrain qui le fera entrer dans la vie professionnelle sans avoir à s'interroger sur son avenir. Il est à l'aise et libre de ses choix, pas de plan de carrière mais avec cet air de père peinard, il taille sa route, le voilà à 33 balais rédac chef de la Radio et sur TV Carcassonne la Télé qui cartonne slogan maison, et pourtant, beaucoup de bruit médiatique semble imprégner au-delà de ce que nous imaginons ce jeune homme bien rangé, un tapage cathodique, des audiences qui tiennent bon, une success story sur fond pimpant des ondes carcassonnaises, on pourrait se la péter pour moins que ça. Que nenni ! François Mourad est le contraire du type qui la ramène, la tête sur les épaules, le cerveau rapide, l'œil noir qui pétille, il a ce truc imparable qui doit remonter à ses racines entre charme discret et séduction qui sait varier les rôles. Sur la toile et sur ses ondes chéries François Mourad pourrait combler le fossé des générations. J'ai l'impression que les réseaux sociaux vont s'affoler...Marius, Jules et Marie-Lou, itou.

YOUSTAFADOU MOURTADHOI

17 ANS

De l'océan indien au maillot bleu en passant par Carcassonne. C'est l'itinéraire peu commun de Youstafadou Mourtadhoi. Ce jeune Comorien de 17 ans a grandi avec un ballon de foot. Avec ses parents, ses deux frères et sa soeur, il débarque en France en 2000. Dans l'Aude, il joue à Narbonne, à Montlegun, puis au FAC. Avec les U17, qui jouent la montée au niveau national, il est repéré par les sélectionneurs de l'équipe de France. Fin novembre, il est retenu parmi les 28 meilleurs joueurs de l'Hexagone pour effectuer un stage et des tests physiques à Clairefontaine. Le milieu de terrain relayeur de 1,70m pour 60kg joue sa chance à fond. « Je souhaite devenir pro et jouer dans un grand club », répète le jeune homme d'une voix douce. Youstafadou a aussi tapé dans l'oeil de plusieurs recruteurs ! Lucien Flamant, qui a veillé sur sa progression, a pris contact avec une importante agence basée à Lyon. Début mars, rendez-vous était déjà pris pour un stage d'une semaine au Chievo Verone, un club de Série A italienne. Pour se préparer, Youstafadou s'entraîne depuis plusieurs semaines avec l'équipe première du FAC. Sous les yeux du coach des U17 David Flamant, qui ne perd pas une miette de l'irrésistible ascension de son protégé.

CABARET

Le Kalinka

s'invite dans votre CAP'CINÉMA

VENDREDI 25 AVRIL À 20H30

Tarifs : 18 € ou 16€ *

* spécial prévente jusqu'au 31 mars

Pour la première fois, une troupe d'un cabaret sera présente et viendra faire son show au Cap'Cinéma
- spectacle tous publics -

CAP'CINÉMA

* achetez vos places en avance pour profiter de 2€ de réduction sur notre site internet : www.capcinema.fr ou aux caisses du cinéma : Z-I du Pont Rouge 11000 Carcassonne

Les Frères Bousquet

Château de Malves

VISITE

DÉGUSTATION

VENTE

Château Malves Bousquet - 11600 Malves en Minervois - Tél. 04.68.72.25.32

NEW GENERATION IN THE CITY

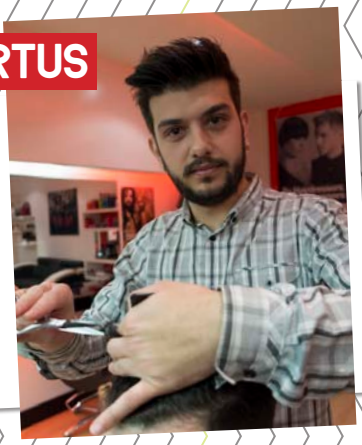
Romain, Maxime, Guillaume et les autres, des prénoms qui cachent des noms pas toujours familiers, pourtant ce sont eux qui réinventent la ville aujourd'hui...et celle de demain. Ils ou elles sont dans une autre mouvance, celle d'une autre génération qui ne veut pas baisser les bras mais plutôt prendre leur bâton de pèlerins dans les traces des anciens. Une exigence, un recommencement. Bouge-toi de là, la new generation, genèse d'une autre création, prend place dans notre mémoire et nos regards. Ils ou elles, Romain, Maxime, Guillaume et les autres…vous devriez les croiser sur votre chemin… À suivre !

MARIE ALARD

27 ANS

En 1989, Josette et Jean-Pierre Alard posaient leurs bagages à Cité Voyages, que de kilomètres parcourus depuis, la petite Marie avec ses petites manies n'avait que 2 ans. Et parce que les étoiles entre elles ne parlaient que de ça elle serait un jour dans l'entreprise, aujourd'hui au clavier « Amadeus » entre zone du Pont Rouge et Rue de Verdun délocalisée. Marie aime les gens et ça se voit tout de suite, souriante et chaleureuse, un petit clic mieux que des petites manies et c'est l'embarquement immédiat. En attendant un vol régulier, baptême de l'air pour Charles, son royal baby, car Marie est une jeune maman loin de tous les décalages horaires. Les voyages forment la jeunesse à Cité Voyages aussi… *Agence Cité Voyages*

CAMILLE ALBERTUS



25 ANS

Dès son plus jeune âge, alors que ses amis se projetaient plutôt dans la peau de pompier ou de gendarme, Camille Albertus, lui, ambitionnait avec aplomb de se lancer dans la coiffure. Kam's, pour les intimes, a donc concrétisé ce rêve juvénile qui est celui d'ouvrir son propre salon, Kam's Coiffure à Carcassonne, et ce depuis 2010. Perfectionniste au tempérament cocasse, Camille ne connait vraisemblablement pas de routine : pour chaque client, une prise en charge complète profilant pour lui un moyen de s'exprimer et de laisser place à sa créativité. Camille est de ceux qui tendent à conserver une dynamique au cœur de notre petite ville, en proposant en plus de son coup de ciseaux créa-tif, un espace barbier. *Kam's Coiffure*

GUILLAUME BARBA

35 ANS

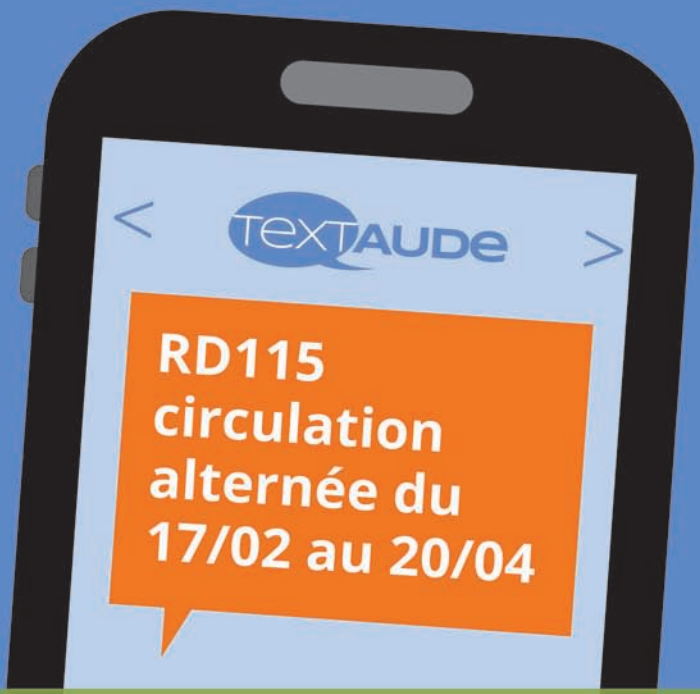
Un sacré gugusse ce « Gus » autre dit Guillaume Barba, patron du BTR, un bouclar entièrement voué à l'urban génération, les kids s'y bousculent et se rencardent. Voilà près de 12 ans qu'il a déboulé de sa Touraine natale, et, décontracté et chaleureux, il a depuis transcendé le microcosme carcassonnais pour en tirer une saine philosophie. Born To Ride mais aussi pour tailler sa zone, un peu prophète de cette génération dans son pays d'adoption. On le retrouve incontournable avec sa belle dégaine et son air un peu ébahi, partenaire dans des manifestations qui surfent entre le sport, la danse et la musique d'une époque. Le Festival Hip Hop, Skate et BMX Top niveau. BTR : une culture à part entière. *Boutique BTR*

TEXTAUDE

Un service du Conseil général

SOUVENT SUR LA ROUTE ?

Recevez gratuitement les alertes sur votre mobile



Abonnez-vous dès maintenant ! sur textaude.aude.fr

AUDE CONSEIL GÉNÉRAL

être près, voir loin

NICOLAS BERTRAND

35 ANS

Nicolas Bertrand a repris la Fromagerie Bousquet sous les Halles de Carcassonne, c'était il y a 10 ans.

Une maison qui existait déjà au XIXe siècle... et à laquelle il a souhaité donner un coup de jeune. Un peu d'huile de coude, une stratégie étudiée et l'entrepreneur a développé son affaire, en ville puis sur la zone. Il possède désormais trois points de vente. Pari gagnant !

Fromagerie Bousquet

JEAN-DENIS BEZOMBES

30 ANS

Un Kiosque qui évoque une autre époque et de belles nostalgies, paradoxe dans l'univers des pizzas et des lasagnes, un brin anachronique mais aussi terriblement moderne. Claude Vicedo en avait fait une valeur sûre, clientèle fidélisée et gens de passage accrochés à ce kiosque de carte postale. Changement de proprio, Jean-Denis Bezombes, le cap de la trentaine pas encore franchi, pour payer ses études il s'était fait saisonnier, le pli était pris, exit les études. Il sautera une étape, le voilà aujourd'hui dans son kiosque de poche. On le sent à l'aise, il a la gnaque, pas le genre de trainer sur Facebook et YouTube, la tradition du petit Kiosque est assurée. Jean-Denis Bezombes, le regard tourné vers son avenir. Il ne lâchera rien.

Kiosque à Pizza Le Dôme

MARIE BONNET

30 ANS

À 14 ans déjà, son attrait pour les soins capillaires était avéré : CAP, brevet professionnel à 16 ans, salariée à 18 ans, il ne lui manquait plus que ses parents pour la pousser à ouvrir sa propre boite. C'est donc à 20 ans, depuis les années 2004, que Marie Bonnet s'installe comme coiffeuse, styliste, coloriste en centre ville. Tempérament optimiste, Marie fait bien partie de celles qui voient la vie toute en couleurs ! *Salon Coiffure Marie Bonnet*

ADRIEN BOYER

17 ANS

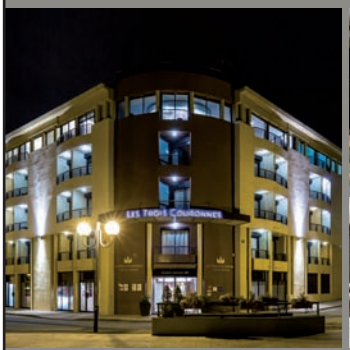
17 ans et une maturité qui semble déjà bien présente. Adrien Boyer, c'est un joli petit minois, un regard plein de malice et une image bien soignée. Ce n'est pas pour rien qu'il a su séduire les Carcassonnais en revêtant l'écharpe de Monsieur Carcassonne ! Mais bien au-delà de cela, il est ce jeune homme soigné et consciencieux qui entreprend sa vie avec sérieux : il est celui, notamment, qui aime apprendre, sculpter et embellir ses clients au sein de son lieu d'apprentissage chez Arnau Coiffure. Ses ambitions ? Obtenir en premier lieu son Brevet Professionnel, ouvrir son propre salon à l'avenir. Adrien est apprenti mais a déjà tout d'un maître ; il a compris que travailler est important pour devenir, et non pour acquérir.

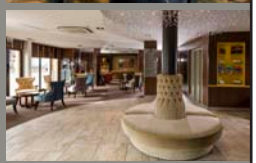
Monsieur Carcassonne 2014

Les Trois Couronnes

HÔTEL ★★★★
& RESTAURANT PANORAMIQUE CARCASSONNE

Le seul Hôtel face à la Cité





2, rue des 3 Couronnes • Carcassonne
Tél. : 04 68 25 36 10 • Fax : 04 68 25 92 92
hotel3couronnes@wanadoo.fr
www.hotel-destroiscouronnes.com

Arnau

Coiffeur visagiste

La nouvelle gamme

RENE FURTERER
PROFESSIONNEL

À DES PRIX IRRÉSISTIBLES

Nouveau !

- Diagnostic en ligne personnalisé
- Soins et shampooing adaptés

pour votre cuir chevelu et vos cheveux

04 68 47 86 17

46, rue Antoine Marty - **Carcassonne**

21, rue Courtejaire - Carcassonne
Tél. 04 68 25 12 66

Bruno Bimas

Artisan Chocolatier

Les Écus de la Cité

Sa spécialité en Chocolat

BB **7, av. Arthur Mullot**
Carcassonne - Tél. : 04 68 25 27 01

GEOFFRAY CADENEL

27 ANS

Il y a 15 ans, Geoffray Cadenel se lançait dans la restauration. A la même époque, son père reprenait le Domaine de Pommayrac à Verzeille. Le jeune homme savait alors déjà qu'un jour... il en dirigerait le restaurant. Après les études, quelques saisons à apprendre derrière les fourneaux de cuisiniers expérimentés, Geoffray a réalisé son rêve. A 27 ans, il est aujourd'hui le directeur et surtout le chef ! de l'auberge familiale.

Auberge de Pommayrac

MAXIME CAMUS

26 ANS

Le « Carnot » est en place, le thé dans les tasses, un soleil d'hiver distille une douceur anglo-saxonne en salle comme en terrasse, le « Carnot » depuis sa création en 1999 a su prendre l'air du temps. Camus mère et fils sont dans leur jus, une affaire de famille rondement menée. Maxime le fiston a repris le plateau, une fois un BTS management en poche c'est sur le terrain qu'on fait ses preuves. Il ne s'est pas défilé le beau et délicieux Maxime avec ses faux airs english, il fait le MAXimum dans une ambiance plus lounge, entre salon de thé, snacking et chocolat chaud. Du temps bénit des « Colonies » du grand-père au Carnot de Maxime le jeunot, le lien est rétabli. *Salon de Thé Le Carnot*

MARIE-SOPHIE CAPDEVILLE

22 ANS

Personnalité à part entière teintée d'une touche de franche originalité, Marie-Sophie Capdeville est la jolie plante qui vous accueille dans son salon de coiffure MSO pour une coupe de printemps. Coiffeuse, styliste-visagiste, formée à l'Atelier en centre ville, elle est gérante depuis 2012 d'un salon cosy et chaleureux où il fait bon de changer de look, pourquoi pas ? Soucis capillaires ou baisse de moral, Marie-Sophie possède la fibre pour raviver votre personne et vous prendre en charge dans votre globalité et ce, même le Lundi après-midi à Carcassonne ! *Salon de Coiffure MSO*

ROMAIN CARGOLES ET MARIE ARIBAUD

27 ANS

Jean-Paul et Babeth étaient dans leurs petits souliers et plus belle était la vie dans ce bistrot aussi célèbre que le « Mistral » d'un feuilleton local. Seule l'honorable compagnie de la « Rassègue » et son humeur en dents de scie troublait l'atmosphère. Un jour une chose arriva, terrible qui aurait pu faire chavirer le cadre familial. Babeth en mère courage avait tenu la baraque. Et puis Romain et Marie, un couple retrouvé comme pour exorciser le mauvais sort, sont revenus. Babeth tu peux sortir ton vin. Romain et Marie de retour comme un boomerang après avoir joué les « Crocodile Dundee » au pays des Kangourous, plus belle sera la vie au « Dôme » familial au nom du père… *Brasserie du Dôme*

26 ANS

DISTINXION autos.fr
SANANES AUTOMOBILES

28 EME OPEN

ACACIA TENNIS CLUB - CARCASSONNE
DU 19 MARS AU 12 AVRIL 2014

YAMAHA HP MOTOS CARCASSONNE

L'Open Distinxion - HP Motos organisé par l'Acacia Tennis Club est devenu le premier tournoi hors ATP dans la région. Grâce à l'investissement de nos nombreux partenaires et à une équipe de bénévoles dynamiques, sport de haut niveau, animations et convivialité seront les leitmotivs de cette manifestation.

Le Président.

Soirées animées par Espace Music

SOIRÉES INCONTOURNABLES

- **Vendredi 28/03:** Lancement du Tournoi avec l'ASC XIII fauteuil et Carcassonne Olympique
- **Vendredi 04/04:** Soirée 100% Sport avec l'ASC XIII, Carcassonne Olympique (flash fitness sentao), Tenu de Soirée et les Blackhawks.
- **Mardi 08/04:** Soirée Vins & Terroirs animée par Jazz Avenue, avec les vins Moureau et Parazols, 1ère Bulle, La Ferme et Philippe Barrière.
- **Jeudi 10/04:** Soirée défilé de mode avec Sabine Lingerie, Serge Blanco, Echappée Belle, Murano, Emona, Krys et Tennis Box.
- **Vendredi 11/04:** **1/2 Finales.** Soirée Jeunes avec démonstration de football américain avec les Blackhawks.
- **Samedi 12/04:** **Finales.** Soirée Partenaires et tombola.

TV Carcassonne

RENSEIGNEMENTS: 04 68 25 21 57 - acacia.club@wanadoo.fr - acaciatennisclub.voila.net

t2p numeric
Print & Cut Technology

imprimeur en format XXL

04 68 77 22 22 t2pnumeric.fr

11600 Conques/Orbiel

NICOLAS CHABOUD ET CÉDRIC ÉTIENNE

35 ANS

Ils se sont connus en 2001, sur les bancs de la fac de Marseille. Nicolas Chaboud était alors treiziste à l'ASC, et Cédric Etienne préparateur physique. Titulaires d'une maîtrise des sciences et techniques des activités physiques et sportives (Staps), ils ont ouvert Biosport fin 2006. Sept ans après, ils ont été rejoints par deux coachs, Kristel Dean et Daniel Suanez, une diététicienne et une naturopathe-relaxologue. Ensemble, ils proposent un programme de remise en forme adapté à la personne, à son état de forme et à ses objectifs. Au 44 boulevard Jean-Jaurès, ils ont trouvé un écrin à leur mesure, même s'ils ne manquent pas de projets... *Biosport*

ROMAIN FIOROTTO

25 ANS

En 2007, après un stage d'été à l'Hôtel de la Cité, notre jeune Romain motivé par Georges Gracia, pensa : « et pourquoi pas un BEP restaurant pour ma rentrée ? ». Sitôt dit, sitôt fait ! Son diplôme en poche, il part travailler chez Gérard Bertrand, mais les remparts de notre belle Cité le rappellent vite à ses pieds. À l'heure où tous les restaurants gastronomiques se garnissent de menus dégustations, une autre idée le fait rêver, et pourquoi pas des plateaux dégustations ? De surcroit avec des produits fins vendus juste à côté… « Côté Ferme » est né. Mariage de produits fins avec de belles bouteilles servies au verre grâce au distributeur enomatic, on peut découvrir et déguster des vins de la France entière, ce qui donne encore une nouvelle idée à Romain : développer ce concept dans d'autres villes. *Restaurant Côté Ferme*

JULIE FOUET

28 ANS

Riche d'expériences relevant du monde du commerce, c'est avec le cœur avide de nouveaux horizons et d'autonomie que Julie Fouet s'envole de ses propres ailes vers l'entreprenariat. Julie ouvre alors sa propre enseigne en 2011 avec sa boutique de prêt-à-porter, Les Poupées Russes, où les femmes se raviront également de ses créations de bijoux et accessoires. Par ailleurs, énorme bon point pour cette gérante patriote, qui souhaite faire découvrir son univers notamment en contribuant au Made in France. *Boutique Les Poupées Russes*

CAROLE GARCIA

30 ANS

Il lui aurait été difficile de changer de voie. Carole Garcia a grandi dans un giron familial où l'on prenait son destin en main, très tôt on lui aura appris qu'il n'y aurait pas un avenir doré. Aujourd'hui dans son « Jardin d'Eté », Carole, d'une grâce façonnée par des années à l'écoute de son mentor et maman Andréa, pas encore trentenaire, intense, active, d'où se dégage une douceur délicate, a retenu les leçons pour s'imposer comme une grande. Un pari fort relevé par Carole Garcia. On dit que la fille dépasse la mère. Mais que ne dit-on pas ! *Restaurant Le Jardin d'Été*

la boutique du domaine

La Boutique est ouverte du lundi au vendredi de 14h à 19h
(ou sur rendez-vous)

Le Domaine de Sautès vous propose :

- Sa gamme de vins *(IGP OC, IGP Cité de Carcassonne, IGP Cathare, Cartagène)*
- Des produits du terroir *(Cassoulet, olives, pâté, rousquilles,…)*
- Paniers Garnis
- Salle de Réception

Domaine de Sautès
Emmanuel & Guy Giva
RN113 -11000 Carcassonne
04 68 78 77 98 - 06 03 32 50 32
info@vignoblesgiva.com

Carrosserie Surroque

Mécanique - Peinture - Tôlerie - Pare-brise - Marbre

Artisan depuis 1950

Prêt de véhicule - Travaux effectués en cabine spéciale (cuisson 80°)

4, rue Michel Faraday - 11000 CARCASSONNE
Tél. 04 68 72 69 79 - Fax 04 68 25 13 22
bsurroque@aol.com - carrosseriesurroque@wanadoo.fr

16, avenue André Chénier - 11300 LIMOUX
Tél. 04 68 31 02 43 - Fax 04 68 31 63 92
bsurroque@wanadoo.fr

YOUNES ESSABBAHI ET CARCA CITY CREW

32 ANS

Dans le repaire de Younes, l'Association Couleurs Citoyennes, la crise d'adolescence on ne connait pas ! Sa fine équipe constituée de jeunes entre 12 et 14 ans est avide d'expression musicale, celle qui, brute de forme, occupe la scène sur un fond de sonorités urbaines. Au-delà des préjugés sur le Rap, ils voguent, et exercent fièrement leur savoir-faire d'auteur, compositeur, interprète et ont vu récemment leurs talents récompensés : le tournage d'un clip nommé « Lâche ton cartable ». Parce qu'un bon animateur ne s'invente pas, Younes supervise tout cela ! *Groupe Carca City Crew*

PAULINE HUERTAS ET BENOIT LOUVET

28 ANS

Il est un duo qui fonctionne bien, mieux, un couple vraiment complémentaire ! L'un chef cuisinier, l'autre responsable de salle, Pauline Huertas et Benoit Louvet sont les deux responsables d'un sympathique petit restaurant situé au pied de notre magistrale Cité fortifiée. Au sein de leurs murs se retrouve tout l'amour du terroir Audois, l'amour de sa diversité et de ses produits. Agriculture bio, produits du marché, leur philosophie est élémentaire : proposer des plats simples mais à l'unanimité très savoureux. Les touristes passant par le Restaurant le 37 seront ravis de passer un agréable moment en compagnie des deux amoureux de notre région et d'en aborder volontiers toutes ses richesses. *Restaurant le 37*

35 ANS

LUCILE ISSAF

17 ANS

Adepte de sports et amoureuse d'équitation, Lucile Issaf est la nouvelle héritière du titre de Miss Carcassonne cette année. Sous cette silhouette élancée, s'esquisse un profil timide mais au tempérament généreux, dont l'écharpe de Miss Carcassonne a contribué à ouvrir des portes, qu'elle emprunte avec grand plaisir. La brunette actuellement en étude de gestion administrative, aspire à travailler plus tard dans les ressources humaines. Mais pour l'heure, place aux études et aux diverses opportunités qui se présentent depuis son élection. *Miss Carcassonne 2014*

VINCENT LIMONGI

28 ANS

La Limongi Family est sur le pont presque au complet, absent sur la feuille de match, Thomas, le petit dernier, il a la tête ailleurs pour le moment dit son père. Patrick Limongi alias Lidge, un beau tempérament du XIII carcassonnais tel qu'en lui-même se dresse comme Barbès sur son socle fier et sans reproche, son resto est à son image, ce sera désormais l'affaire des fils. Christine la maman poule qui vient de quitter tout juste les fourneaux veille au grain. Dans cet univers familial et chaleureux, Vincent formé au lycée Charles Cros ne peut pas se louper, et puis pas question de tromper la confiance des siens, on le sent terriblement motivé, le fils de Lidge et jeune papa de Laura, ça donne des responsabilités et une bonne dose de courage et de volonté pour réussir le coup. Barbès peut bien se tenir sur son socle, Vincent ne le quitte pas des yeux. *Restaurant Le Barbès Lidge*

Jean-Philippe SAUVIAC

Crédits / Banque

AXA

Agent Général

Assurances / Placements

28, rue Georges Brassens – Carcassonne – Tél. : 04.68.25.14.57 – Fax : 04.68.25.76.38
Email : agence.sauviac@axa.fr

Jean-François OROSQUETTE - 11800 BADENS
Tél : 04.68.79.16.00 Fax : 04.68.79.22.91
Email : info@chateau-la-grave.net
Web : www.chateau-la-grave.net

Caveau ouvert tous les jours de 9h00 à 12h00 et 14h00 à 18h00
Le week-end sur rendez-vous
Accès obligatoire par D610 entre Trèbes et Marseillette
Puis D535 direction Badens

JULIEN MAHOUX

32 ANS

Il est un lieu quelque peu récent sur Carcassonne où il fait bon se retrouver pour s'éclater : passionnés de skate, remerciez Julien Mahoux, le président de l'asso Even Eleven sans qui, des années de lutte après, le Skate Parc actuel n'existerait pas ! Très actif et investit dans cette discipline, c'est en tant qu'organisateur d'évènements originaux, cameraman aussi, que Julien promeut avec son ami Gus Barba notamment, les sports de glisse pour le plus grand plaisir des pratiquants. Un penchant dont il a fait son travail, un travail qu'il exerce et partage avec des amis, le rêve quoi !

Président de l'Association Even Eleven

VINCENT PINO

22 ANS

Il y a autour d'Antoine Pino toute l'Andalousie des jasmins et des accroche-cœurs, et toutes les musiques et les danses qui ensorcèlent. Une séduction ne s'explique pas, la magie d'Antonio le beau « Sévillan » allait se transmettre. Le duende, cette grâce qui touchera tout petit Vincent qui, déjà sur les genoux de son père, était plongé dans l'Espagne vraie profonde. La suite on la connait, difficile pour lui d'échapper à son destin. Vincent Pino, élève du Maître Flamenco Vicente Pradal, après une solide formation de guitare classique au conservatoire de Toulouse se retrouve soliste à côté de son père. À 22 ans le voilà à son tour conquistador, un « Sévillan » peut en cacher un autre. *Groupe Les Sévillans*

FANNY RIVEMALE

33 ANS

C'est une femme aux multiples visages, aux multiples ambitions qui volerait encore un peu de temps au temps pour mener à bien tous ses appétits. Fanny Rivemale, directrice Artistique, graphiste, webdesigner et aussi gérante de sa boite Adapt-T, a un emploi du temps de ministre, et fort heureusement pour elle, une énergie folle. Parcours sans fautes dans le domaine des arts graphiques, elle se délecte aujourd'hui de sa passion de manière consciencieuse et atemporelle. Outre son attrait pour la communication visuelle et la publicité, Fanny aspire à faire une exposition, mais que si le temps le lui permet... ! *Adapt-T*

Boulangerie-Pâtisserie

Noez

Artisan Boulanger depuis 6 Générations

57 rue de Verdun - Tél. 04 68 47 67 51
ZI Pont Rouge - Tél. 04 68 25 21 66

SUSHI BOAT

Restaurant Japonais

Sur place ou à emporter

34 Menus au choix
A partir de 9,90 €

SUSHI BOAT CARCASSONNE

Spécialités sushis et grillades japonaises

www.sushiboat-france.com - 68, rue Antoine Marty - Carcassonne

04 68 77 88 62

ÉCOLE DE MUSIQUE

L'ICEM

46, allée d'Iéna, Carcassonne

04 68 47 68 19 - 06 76 81 01 19

JONATHAN ROMERO

27 ANS

Pas d'aparté mais entre nous, boutique et dégustation, endroit open où l'on propose une sélection de thés ou dégustation ou achat de cafés en vrac. L'Apar Thé de Jonathan Romero est tout à fait à sa place dans la longue galerie marchande de Géant Salvaza, et aussi une agréable pause café loin du vacarme du grand shopping. Jonathan Romero, ancien commercial de l'entreprise de papa, depuis ce 13 Septembre, le maitre des lieux a pris l'option d'avancer et de s'engager. Débrouillard, hyperactif et enclin de construire son avenir à sa façon, Jonathan Romero emblématique d'une génération qui veut réussir en dépit d'une époque désenchantée. Un jeune fort de café !

Boutique & Dégustation L'Apar Thé

LAURENCE RUIZ

34 ANS

Il y a des cup's cakes, adorables petits gâteaux tendance de toutes les couleurs et plein de cop's à l'heure du goûter dans l'échoppe de Laurence Ruiz. Il n'en fallait pas plus pour poser son enseigne au 22, rue Barbès, un endroit plein de douceur, cosy : banquettes, anciennes voitures, tableaux de Vespa aux murs, subtil mélange des dinner américains des années 50 et des pâtisseries de papa des années 40 en France. Et dans cet univers fushia et turquoise, Laurence, la maitresse des lieux, diplômée en pâtisserie est à croquer ! Une reconversion alléchante pour cette jeune dame in the Bastide.

Pâtisserie, Salon de Thé Cop's Cakes

ÉMILIE TIQUET

33 ANS

Voir la vie du bon côté n'est pas donné à tout le monde. Emilie Tiquet pourtant, toujours baignée dans une atmosphère de sérénité, tend à diffuser ses effluves de bien-être au plus grand nombre, afin de vous libérer du stress environnant. À l'écoute de ses pairs et très humaine, Emilie initialement destinée au médico-social, s'est adonnée au domaine de la relaxation et de la cosmétique. Appliquée à procurer du bien-être, elle s'est créée en 2006, une bulle de bonheur au sein du Boudoir, lieu où elle fait découvrir son univers et partager son savoir-faire avec une équipe aux mains d'or.

Hammam, Boutique, Institut Le Boudoir

DES FLEURS DANS LE MONDE ENTIER
FLEUROP INTERFLORA

éj

artisan fleuriste

éric Jean

Route de Saint-Hilaire
Carcassonne
Tél. 04 68 11 21 50 - etsjean@wanadoo.fr

Le Boudoir

•Hammam •Boutique
•Institut

6 bis, place Davilla
Carcassonne - Tél : 04 68 77 09 81

www.hammam-leboudoir.com

sessùn

collection printemps-été 2014

Poc Poc Vanille

Bonsui

see U soon®

Les poupées russes

4 rue V. Hugo
CARCASSONNE

Dès le mois d'avril

L'Atelier des Saveurs

Jean-François MUNOS Traiteur

Le temps vous manque pour cuisiner !

1. Composez et réglez votre commande en allant sur le Site internet
2. Je vous confirme que j'ai pris votre commande
3. Retirez votre commande à l'Atelier

PayPal

Tél. 06 26 15 36 71 ou 04 30 34 59 21

Rue Nicolas Copernic • Z.I. l'Estagnol • CARCASSONNE

www.traiteur-munos.com • informations@traiteur-munos.com

GEOFFREY NOT

En 2010, Geoffrey Not avait tout juste 20 ans quand est paru son premier album, Nature L. Il était le fruit de 2 ans de travail d'écriture et de composition. Geoffrey Not, héritier d'une génération pop qui a été largement bercée par Goldman, est à lui seul un melting pot. Le garçon est romantique et sincère, tourmenté parfois, inspiré souvent par les choses du quotidien et, en tout début d'année, 2014, il vient à nouveau d'illustrer son éclectisme avec la sortie d'un deuxième opus Mona Lisa, qu'il défend régulièrement sur les scènes audoises. Par ailleurs, Geoffrey est aux platines de la très festive bodega L'Estabar de Carcassonne.

24 ANS

GUILHAUME NOUBEL

Au commencement était Guillaume Noubel né en 1854 et qui avait débuté comme tapissier sur sièges. Aujourd'hui Guilhaume Noubel, Directeur Général de BUT, l'héritier de la dynastie des Noubel, loin du siècle et de sa saga infernale, ne veut pas refermer la boucle. Le futur est maintenant incarné par ce Guilhaume, autre conquérant d'une famille qui aura vu défiler et Gaston et Guy et Gilles et Marc le Président d'honneur de « But », le fiston Guilhaume n'est pas loin à l'abri des figures tutélaires de la famille, vous pouvez vous économiser une preuve ADN, Guilhaume avait son destin dans les gènes, un Noubel chimiquement pur, le sens du contact, l'entregent, les bonnes manières, chevaleresque, l'amour des belles choses, la prise de risques, bref « But » de décoffrage de la lignée, le chainon ne sera pas manquant, Guilhaume Noubel transcende sans crier gare les années pour établir un lien éternel, un pied dans l'entreprise ancestrale, l'autre dans l'ailleurs d'une époque où la reprise est à l'ordre du jour nous confie le DG, un juste parti « prix » de Guilhaume Noubel, loin, très loin et pourtant tout près du siècle de Guillaume Noubel l'ancêtre né en 1854 et qui avait débuté comme tapissier sur sièges. Guilhaume II dans l'ordre de succession au trône des Noubel.
Il faut que tout change pour que rien ne change…

35 ANS

JULIEN OUDDANE

Monter les marches entapissées de rouge de la discothèque Le Black à Carcassonne, tout le monde l'a déjà fait au moins une fois ! Depuis bien des années maintenant, elle a vu passer toutes les générations, ne cessant d'attirer de plus en plus de fêtard(e)s ; et pour cause, son succès n'est pas dû au simple fait du hasard. A sa tête depuis 2012, son PDG Julien Ouddane, met tout en œuvre pour rendre les soirées toujours meilleures que les précédentes : endroit cosy et chaleureux, soirées à thème, équipe de choc et Dj variant les plaisirs musicaux, le cocktail est explosif pour assurer une clientèle très hétéroclite et toujours très enjouée. Julien Ouddane n'a pour ainsi dire, rien perdu de l'endurance qui l'habitait lorsqu'il était sportif de haut niveau ! Au-delà des joies de l'entreprenariat et de la relation privilégiée avec sa clientèle, il n'en perd pas moins de vue la prise de risque quotidienne, notamment les comportements aléatoires et inconsidérés des fins de soirées… Quoi qu'il en soit, c'est en toute discrétion que l'opportuniste et le travailleur qu'il est, cherchera à vous en mettre plein les yeux, et ce, quand vous vous y attendrez le moins !

35 ANS

BUT

Du 24 mars au 12 avril 2014

AVANT INVENTAIRE SOUS CHAPITEAU

BUT CARCASSONNE

365 rue Gaspard Monge - ZAE La Ferraudière - Tél. 04 68 25 45 08

RC: 320596992

BLANDINE PASCAL

27 ANS

Elle l'affirme fièrement, « Je suis d'ici ». Blandine Pascal, 27 ans, a choisi de vivre et de travailler au Somail. Après un Master de conceptrice en communication visuelle à l'École de Communication Visuelle (ECV) à Paris, elle a en effet décidé de retrouver ses racines audoises et de créer sa petite structure en 2012 : B.graphicsdesign. « Je travaille sur l'identité visuelle, la représentation graphique des entreprises en créant leurs logos, cartes de visite, plaquettes… Mais aussi sur les faire-parts de mariage. Le tout à ma façon ». Mais elle n'aime pas se restreindre à un seul projet. Du coup, elle vient de lancer, avec une amie graphiste, une marque de T-shirt. La marque ? Be (nome), avec une première collection bientôt en vente sur Internet ou au Plan B au Somail, dans le restaurant familial qu'elle gère avec sa mère. Pour développer leur marque, les deux créatrices ont fait le choix de l'éthique : œuvrer avec des matériaux respectueux de l'environnement, les T-shirt sont 100% coton bio et sérigraphiés à Bidart, au Pays Basque. Pour l'instant ce n'est qu'une petite série de quelques pièces numérotées. Mais comme dit Blandine, « l'aventure appartient à celui qui s'y risque ! ».

FANNY PASIN

29 ANS

Narbonnaise de 29 ans à la tête d'une entreprise d'imprimerie, studio PAO et multimédia, implantée à Sainte-Valière dans le Narbonnais, Fanny Pasin démarra sa carrière sur Paris dans un cabinet d'architecture et d'urbanisme en tant qu'assistante paysagiste en 2004. Après avoir suivi des formations pendant 3 ans d'infographiste, concepteur développeur et d'analyste programmeur, elle s'inscrit à la maison des artistes en 2008 et créa sa première agence de communication et de publicité à Béziers. Après une période consacrée à donner des cours en centre de formation dans ces domaines, elle créa en 2010 la société « Artookom » où elle développe son activité d'infographie PAO/DAO, conception et développement web et met à disposition un service d'impression au profit de sa clientèle d'entreprise sur le Languedoc Roussillon. Son métier est de mettre en valeur l'activité professionnelle de ses clients tant au niveau de la communication interne entre les différents services (réalisation et impression de documents, outils web, CRM…), que dans la communication externe en apportant des conseils et en générant des produits qui mettent en avant l'activité et les qualités des entreprises (création et impression de supports de communication, création de site vitrine et d'e-commerce, hébergements sur serveurs dédiés sécurisés…). Sa démarche s'inscrit dans les développements durables et les énergies renouvelables à travers des choix de matériaux qui vont dans le sens du respect de la planète notamment pour tout ce qui touche au choix des papiers, des encres et protocoles d'impressions, et en ce qui concerne les serveurs d'hébergements web qui, par leurs technologies, réduisent considérablement leur consommation d'énergie. Enfin son engagement émérite au sein des organisations patronales insiste sur le fait que les entreprises sont sources de création, de richesse et de talent.

Voyez la vie de toutes les couleurs !

Henry Geral
CARROSSERIE

Véhicule de prêt gratuit ★ Respect des délais
Lavage intérieur/extérieur gratuit ★ Garantie à vie

ZAC Salvaza (face à Géant Salvaza) • **Carcassonne**
Tél. 04 68 119 616 • www.henrygeral.com

JULES ET LAULE
Bijoux - Objets de décoration

SOBRAL

PANDORA
UNFORGETTABLE MOMENTS

19, rue du Plô - Cité Médiévale - 11000 Carcassonne
Tél. +33(0)4 68 25 35 11

jules et laule - cité de carcassonne

Fermetures Menuiseries Audoises

www.fma11.fr
Rte de Caux et Sauzens
11170 Pezens
04 68 24 88 87

BUBENDORFF POINT CONSEIL
QUALIBAT La compétence pour référence
ARTISAN CONFIANCE
Artisan confiance, sans sinistre depuis + de 10 ans

SPÉCIALISTE DE LA RÉNOVATION

ID2
AUTONOME
GARANTIE 7 ANS

Volets 100% solaire
Garantie 7 ans, pièces, main d'œuvre et déplacement !

Respirez c'est BUBENDORFF

MADE IN FRANCE FABRICATION FRANÇAISE
Tous nos produits sont fabriqués en France
Pas de sous-traitance, nos équipes interviennent directement chez vous

FENÊTRES - VOLETS - PORTES - BAIES ALUMINIUM
PORTAILS - VÉRANDAS - PORTES DE GARAGE

LE BARBÈS
Lidge

facebook

Terrasse ombragée et Salle climatisée

LE BARBÈS
vous reçoit tous les jours sans exception.
Parking gratuit

42, Bd Barbès, Carcassonne -Tél. 04 68 25 26 47

MÉLANIE PAULI-GEYSSE

25 ANS

Dix ans après les manifestations contre le CPE, que de chemin parcouru par la lycéenne de 16 ans qui se découvrait une fibre, voire une passion politique ! Mélanie Pauli-Geysse a suivi les canaux classiques d'une entrée en politique : syndicalisme, mouvement des jeunes socialistes, parti socialiste, candidature aux cantonales (à Belpech), accession à la fonction d'attaché parlementaire du sénateur Raynaud... Mais cette diplômée de science-po de charme et de conviction, a d'autres cordes à son arc. Elle est aussi artiste émérite, diplômée des Beaux-Arts de Montpellier, cavalière de haut-niveau. Et elle trouve même du temps pour ses amis et pour des échanges humains ! En 2013, elle fut l'une des contributrices du livre « Ayons de l'audace ! ».

AUTOMNE PAVIA

25 ANS

« Je ne vais jamais digérer ! » Automne Pavia gardera un goût amer des mondiaux de Rio. Après ce maudit 28 août 2013, la judokate audoise avait même confié avoir « voulu arrêter ». N° 1 mondiale des - 57 kg, elle était arrivée au Brésil en tant que favorite. Mais elle avait perdu en demi face à la Brésilienne Silva. Atteinte physiquement et moralement, la Carcassonnaise avait laissé le bronze à l'Allemande Roper, finissant sur une décevante 5e place. « Je dois me servir de cette déception pour avancer », avouait-elle quelques mois plus tard. Dans son jardin de Bercy, fin janvier, la jeune femme de 25 ans a toutefois montré qu'elle avait retrouvé l'appétit. Si elle a perdu son titre en demi-finale contre la Japonaise Yamamoto, qu'elle avait justement battue en finale l'an dernier, Automne a ramené une médaille de Paris pour la quatrième année consécutive ! Et cette fois, le bronze suffisait à son bonheur. De bon augure avant le grand rendez-vous de l'année. Ce seront les championnats d'Europe, du 24 au 27 avril, à Montpellier. Actuellement troisième mondiale, Automne rêve déjà de retrouver sa place au sommet de la hiérarchie. Histoire de remettre les pendules à l'heure.

MARINE PIDOUX

30 ANS

Écartez-vous de son chemin ! Au volant de son surpuissant kart à boîte 125 shifer, où elle est une des rares filles alignées en championnat de France, la jeune Audoise n'a peur de rien. Même un grave accident qui l'a éloigné des baquets pendant de longs mois n'a pas eu raison de sa passion. Elle n'avait que cinq ans lorsque son père lui a refilé le virus de la course automobile. Après avoir effectué des épreuves de Renault Williams, elle a rejoint le Team MB Kart. Son talent lui a même permis de se frotter à l'élite mondiale. Agée de 30 ans, la jeune Aragonaise a aussi été instructrice sur circuit, à bord de Porsche. Cette année, elle s'est donnée comme objectif de prendre le départ du championnat Mitjet, des bolides de 235 chevaux. Cette pilote de charme vient aussi de lancer sa propre marque de vêtements, avec l'aide de Margot Laffite et Yvan Muller. 300 modèles ont déjà été mis au point à Lavelanet, à deux pas du circuit de kart où Marine a fait ses armes. La marque s'appelle Rebell's et le logo est un chat un poil agressif. Tout est dit !

CRÉDIT IMMOBILIER
RACHAT DE CRÉDITS

ETUDE GRATUITE
SANS ENGAGEMENT

Contactez votre agence

04 68 71 86 52

Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager.

meilleurtaux.com
NOS EXPERTS À VOS CÔTÉS

Aucun versement de quelque nature que ce soit ne peut être exigé d'un particulier avant l'obtention d'un prêt. Pour tout prêt immobilier, l'emprunteur dispose d'un délai de réflexion de 10 jours. L'achat est subordonné à l'obtention du prêt, s'il n'est pas obtenu, le vendeur remboursera les sommes versées. Liste de nos partenaires disponible sur www.meilleurtaux.com. Nord Métropole Finance, EURL – 20 000 € RCS Roubaix 534 780 317 - Intermédiaire en assurance ORIAS n° 11 06 4164 Franchisé, courtier indépendant membre du réseau Meilleurtaux.

12, rue de Verdun -11000 Carcassonne

Pizza & Pasta, Grill & Plancha, Burgers...

PIZZAS
À EMPORTER !!

Ouvert
7 jours / 7
Midi et Soir

Partageons les bons moments...

LA CASA
PIZZA ★ GRILL

www.groupelacasa.com

ZI du Pont Rouge - Carcassonne
04.68.47.07.03

BOUCHERIE DE LA CITÉ

Venez découvrir notre agneau label rouge pour vos fêtes Pascale dans un lieu moderne, convivial et chaleureux

114, Avenue du Général Leclerc
Carcassonne . 04 68 25 09 10

GARANTIE QUALITÉ SUPÉRIEURE
label Rouge

CITÉ VOYAGES

Individuels • Groupes • Sur Mesure • Billetterie...

N° IM019100006

• Centre ville •
11, rue de Verdun – Carcassonne – Tél. : 04 68 72 39 12
cite@cite-voyages.fr

• Zone Pont-Rouge •
Galerie Commerciale Intermarché – Tél. : 04 68 25 04 12
cite-pontrouge@cite-voyages.fr

CÉDRIC PIGASSOU

33 ANS

Son nom chante aux oreilles narbonnaises : issu d'une famille implantée depuis plusieurs générations, Cédric Pigassou a choisi très tôt une carrière dans l'immobilier. Avec en poche une maîtrise en droit privé, un DESS en droit immobilier, en ayant suivi ICH en parallèle, il a débuté à Paris dans le service juridique immobilier de Carrefour France. Mais il a rapidement décidé de revenir sur ses terres natales, à Narbonne.

Son père José et sa mère Jocelyne lui donnent le goût de la direction d'entreprise en partageant leur savoir-faire en matière de gestion, avec les affaires qu'ils géraient. L'agence Limouzy lui offre sa première chance, en tant qu'assistant syndic. Cédric a cependant envie de s'affirmer professionnellement. Denis Lagarrigue lui propose de reprendre l'agence qu'il venait d'acheter à Gruissan. Une opportunité qui durera trois ans. En 2007, son père lui confie ensuite la reprise de sa structure, et de la transformer en agence immobilière, en associé. Cédric rachète plus tard le portefeuille gestion de l'agence Navarro à Narbonne-Plage. Aujourd'hui, il a installé son bureau à Gruissan. Sa plus grande fierté ? « J'ai constitué une équipe formidable, avec des personnes à mon image, motivées et honnêtes. Nous essayons tous les jours de donner le meilleur service possible à ceux qui nous font confiance ». Avec le bien qui lui est le plus cher, et en matière d'évaluation, il s'y connaît : le soutien de ses proches, de sa famille et de ses collaborateurs.

BRYAN PLEZ

20 ANS

Bryan Plez ne recherche pas la gloire. La musique, il l'a dans la peau ! A 12 ans, alors que ses camarades jouaient au foot, il composait son premier album. Les titres qui ont fait le succès d'Inside the Darkness, premier opus du groupe Black Avenue. Boulimique de travail, le jeune homme explique faire des sacrifices. Quatre heures de guitare par jour, onze heures de sport par semaine... À 20 ans, il s'impose une hygiène de vie stricte, son objectif étant d'inscrire son groupe dans une lignée d'artistes internationaux. Aujourd'hui, Bryan a 20 ans. Il est entré en studio et prépare, avec sa formation, un deuxième album : Révolution. En une décennie, le visage de Black Avenue a changé, le style aussi. Du métal progressif on passe à une version musicale pop-rock, « moins élitiste », histoire de séduire un plus large public. « Quand on sait qu'on est capable d'apporter sa pierre à l'édifice on se bat » a déclaré le musicien, « ce que je recherche, c'est la reconnaissance ». A savoir que Black Avenue a été programmé au Square André Chénier, en 2012 à Carcassonne, en avant première de The Rapture dans le cadre du Festival de la Cité. Un premier pas...

Frédéric Ledoux

Philippe Thène

assurances, finances

Assurances AUTO pour risques aggravés

- Malussés
- Temporaire
- Résiliés non paiement
- Alcoolemie

Complementaire maladie

Sans questionnaire médical ▪
À adhésion immediate ▪
Sans limite d'âge ▪

53 Boulevard Jean Jaures, Carcassonne
Tél : 04.68.25.20.57 - Fax : 04.68.72.50.67
philippe.thene@agents.allianz.fr

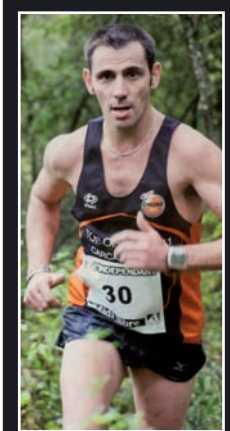
Le Carnot

Salon de Thé, Glacier
Sandwiches, Pâtisseries

11, Place Carnot, Carcassonne
• 04 68 25 38 38 •

TOP CHRONO

Le spécialiste du RUNNING à Carcassonne



06 67 59 10 03 - 09 81 02 39 92

4, rue André Citroën - 11000 Carcassonne
www.topchrono11.com

GUILHEM PORTALÈS

34 ANS

Dans son monde idéal, Guilhem souhaiterait que l'intérêt général prime sur l'intérêt particulier, que les gens se montrent plus professionnels, plus abordables et justes. Guilhem aime l'équité et la justice. « Mon père et ma mère m'ont appris qu'il fallait pouvoir repasser le lendemain où on est passé la veille, c'est à dire savoir écouter, respecter les gens et la parole donnée, savoir se faire aimer ». Sa satisfaction passe par celle des autres… Guilhem Portalès, Montpelliérain bientôt 34 ans, Ingénieur de l'école Centrale de Marseille, Directeur Général Délégué du groupe HECTARE depuis 2006 et Directeur Départemental de l'Aude est un épicurien humaniste qui souhaite œuvrer plus dans le développement urbain pour le bien de Carcassonne et du Carcassonnais. Guilhem a une vision d'ensemble qui respecte les équilibres territoriaux en concentrant le développement des opérations sur les sites les plus porteurs et les plus réalistes. Il souhaite développer une démarche équitable et écologique d'aménagement du territoire par une labellisation du savoir-faire.

À ces heures perdues c'est un joueur de saxo…

de 25 à 55 ans

Le Souvenir

discothèque

Musique de 70 à nos Jours

ZI La Bouriette (face à Décathlon)
Réservations : 06 74 10 31 44

LA ROTONDE

Bar - Brasserie - Restaurant

Le Bar vous accueille dès le matin à partir de 6H

13, Bd Omer Sarraut - Carcassonne
Tél. 04 68 25 02 37

IMMOBILIER

Agence des Remparts

CARCASSONNE
TÉL. 04 68 71 57 02
69 rue de la Liberté

www.remparts-immo.com

Vente - Location - Gestion - Syndic

Le Moulin de Trèbes

Restaurant au bord du Canal du Midi
Spécialités Régionales

04 68 78 97 57

2, Rue du Moulin - 11800 Trèbes

Ouvert 7/7 jours d'avril à octobre

FREDERIQUE POUDOU ET JEAN-FRANCOIS RUIZ

32 ANS

33 ANS

Frédérique part de Laure-Minervois pour suivre des études de gestion et marketing du vin à Suze-la-Rousse puis elle enchaine sur un séjour à Londres. De retour au domaine familial La Tour Boisée, elle rencontre Jean-François Ruiz alors destiné à une carrière d'électricien : entre eux le courant passe très vite ! Changement de cap, il intègre alors le domaine de son futur beau-père via un BPREA en alternance. Il va se spécialiser dans le travail au chai mais garde un œil attentif sur la vigne. Aujourd'hui le jeune couple allie ses connaissances respectives pour optimiser le domaine. Tout en restant dans les traces de Jean-Louis Poudou bien sûr, leur souhait est de peut-être inverser la tendance des ventes à savoir, un peu plus dans l'hexagone et un peu moins à l'export. Grâce à eux nous pourrons encore déguster de belles bouteilles pendant plusieurs décennies : Jean-Louis la relève est assurée !

MEHDY PRINCE

29 ANS

Il a joué au niveau national en football, a mixé quatre ans sur Fun Radio et vise le titre national du 1500 m peu de temps après s'être mis à l'athlétisme ! Mehdy a l'art de tout bien faire. Biberonné au FACV, où il a joué quinze ans, le jeune de Domairon suit un sport-études au lycée Jules-Fil et fait quelques apparitions en CFA2. Il passe quelques tests dans des clubs pros, mais une blessure fait basculer son destin. Sur son lit d'hôpital, Mehdy tombe sur un magazine de DJ. Il se procure un logiciel de mix et remporte le concours national de Fun Radio devant 30000 candidats ! Pendant quatre ans, Mehdy « Prince » anime l'émission Party Fun du vendredi soir. Mais la dispersion de l'équipe d'animateurs le pousse à retourner vers le sport. De ses jeunes années, Mehdy a gardé des capacités physiques hors du commun. Il termine 2e de la Ronde des Vendanges, et est contacté par la Fédération française d'athlétisme ! Deux fois par semaine, il s'entraîne au Creps de Montpellier, dans l'intention de participer au championnat de France du 1500 m. Son succès, Mehdy le doit à son talent, à beaucoup de travail et à l'amour d'une personne qui a changé le cours de sa vie. Agé de 29 ans, il projette désormais d'ouvrir une école de DJ et une chaîne de magasins de cigarettes électroniques. On n'a pas fini d'entendre parler de lui...

MATÉRIEL MÉDICAL
"Les Castors"
B.BALDY & R.MEJEAN

> Contention veineuse
> Orthopédie générale
> Lit et équipement médicalisé
> Dénutrition du sujet agé
> Prothèses mammaires...

LOCATION - VENTE - LIVRAISON GRATUITE

MATÉRIEL MÉDICAL "LES CASTORS"
TÉL. : 04 68 25 47 83 / FAX : 04 68 11 38 90
122, Avenue Franklin Roosevelt, Carcassonne
www.pharmashopdiscount.com

restaurant
Le Jardin de
L'Estagnol
5 terrasses avec ambiances différentes

Menu du midi 14 €
Le soir à partir de 20 €
Grillades au feu de bois l'été
1, rue Benjamin Franklin + Carcassonne + Tél. : 04.68.47.33.17

www.restaurant-carcassonne.fr

Virgin
RADIO
PLEIN SUD
90.5 / 96

MEDIASUD
régie publicitaire
30 Bd Gambetta, 11100 Narbonne
Tél. : 04 68 65 07 31 - Fax : 04 68 65 81 55
mediasud2@wanadoo.fr

L'ESCALIER
nouveau est arrivé !
DEPUIS 1974

CUISINE BISTRO
Pot au Feu · Tête de Veau
Langue de Boeuf
PLANCHA
Seiches · Calamars
Gambas · Couteaux
GRILLADES & PIZZAS

Pendant le mois d'avril
votre gâteau d'anniversaire
Offert !

Bd Omer Sarraut -Tél. 04.68.25.65.66

GUILLAUME PUJOL

33 ANS

Du souhait de partager son goût pour les soirées endiablées, à la gérance d'un bar musical-restaurant, il n'y eu qu'un pas à franchir pour Guillaume Pujol.
Après avoir donné le meilleur à la Tuilerie, à notre grand regretté Le Xenon ou encore au Bar Live en tant que Dj, Guillaume et son acolyte Jean-Mathieu Estaplet se jettent à l'eau et montent leur petit projet… Anciennement connu sous le nom de l'Opéra Bouffe, l'Art de Vivre est aujourd'hui le lieu où il fait bon de s'arrêter après une bonne journée de travail par exemple !
Depuis trois ans maintenant, les soirées à thème s'enchainent, les Dj se déchainent et Guillaume en éternel rêveur a finalement trouvé son compte, en ayant fait de ses nuits, un rêve éveillé.

ADELAÏDE PUJOL

35 ANS

Si je devais la comparer à...ce serait un grand vin du Languedoc. Elle a la séduction de la syrah, la chaleur du grenache, la droiture du carignan, la rigueur du mourvèdre, la tendresse du cinsault. Poupy, jeune femme épanouie, revient dans le giron familial pour écrire à son tour l'histoire de sa vie, tout comme l'a fait un jour Christine sa maman. Directrice d'un hôtel de luxe à Paris, promue à un brillant avenir, la jeune femme décide de tout quitter pour prendre la direction du groupe hôtelier familial en binôme avec son frère Hadrien. Après avoir fait ses preuves ailleurs, forte de l'expérience acquise loin du giron parental, sa décision est le fruit d'une grande réflexion. C'est le moment de s'impliquer dans l'entreprise, elle en a la maturité, la volonté, la passion et le désir. Un vrai challenge qu'elle est prête à relever, pour continuer ce qu'a commencé son grand-père, développé sa maman et aujourd'hui confié à la nouvelle génération. Belle histoire de passation, où l'essentiel est de ne garder en mémoire que cet héritage familial ne lui appartient pas, qu'il est l'histoire de sa famille, une histoire de cœur qui s'écrit au fil du temps et dont son seul devoir est de le préserver pour le transmettre à son tour….

EMMANUEL PUJOL

29 ANS

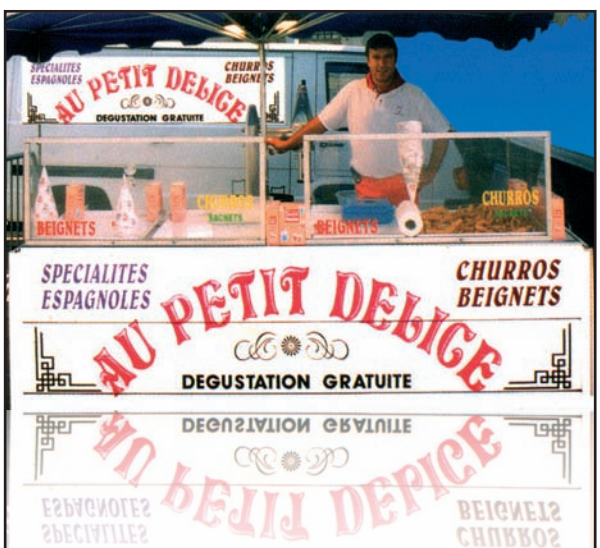
Rien de tel que d'aller voir ailleurs pour s'ouvrir l'esprit ! Après un BTS en alternance chez Maurel Vedeau, un négociant en vins où il apprendra énormément, Emmanuel décide de partir 10 mois en Nouvelle-Zélande, puis ensuite en Australie pour sillonner les nombreux vignobles et voir une autre façon de travailler. Fort de cette expérience, tant en vinification qu'en apprentissage des divers terroirs, il met à profit ses enrichissantes découvertes dès son retour au domaine familial Pujol-Izard à Saint-Frichoux. Aux côtés de son père et de son oncle, son travail principal s'axe sur le chai. Curieux et entreprenant, ce jeune vigneron de 29 ans, après être allé très loin souhaite à présent aller très haut, et monter la gamme encore plus en qualité. Un bel exemple à suivre pour tous nos jeunes !

Restaurant
Le Saint-Jean

Restaurant incontournable de la Cité dans un cadre chaleureux et convivial, loin de l'agitation de la place. A la carte ou au menu, une cuisine traditionnelle aux saveurs méditerranéennes vous est proposée. Un coin «fumeurs» est aménagé sur une terrasse couverte et chauffée. Ainsi qu'un coin «wifi».

Fermeture le Mardi (sauf en période de vacances).

1, Place Saint Jean - La Cité Carcassonne
Tél. : 04 68 47 42 43



Roger Martinez
Churros - Beignets

NOUVEAU FORMATION
POIDS LOURD SUR NARBONNE

ECOLE DE CONDUITE
LABRID-MAZET
Agr. 11610
CENTRE D'EDUCATION ROUTIERE
14, rue du Pont Vieux
11000 CARCASSONNE

- FORMATION PROFESSIONNELLE -
N° 91.110001711
Poids Lourd - Super Lourd
Transport en Commun - Formation Cariste
- FORMATION AUTO-MOTO -
A1 - A - B - Voiture Automatique
- FORMATION DE MONITEUR -
- PERMIS BATEAU -
Mer & Fluvial

Réseau A
Auto-écoles Affiliées AFT-IFTIM

Salle audiovisuelle climatisée

Tél. : 04 68 25 09 41 - Fax : 04 68 25 66 66

CAROL RAYNAUD

21 ANS

La famille Raynaud, c'est un peu l'ovalie du Pays Cathare. Le père Georges avait fait les beaux jours de Narbonne et de Carcassonne. Ses fils ont pris le même chemin, celui du stade de rugby. Tout comme son frère Romain qui joue en fédérale, Carol a touché ses premiers ballons au sein de l'Association Rugby Pyrénées Audoises, l'école de rugby de la Haute Vallée. L'adolescent a ensuite rejoint le centre de formation de Béziers pendant trois ans, avant de revenir dans l'Aude, à l'US Carcassonne. Si le demi de mêlée a fait sa première apparition en Pro D2 à Tarbes, en septembre 2012, c'est contre Colomiers qu'il a vécu sa première titularisation, pour une victoire 32-7. « Malgré son jeune âge, il a de la maturité, disait de lui Christian Labit, qui lui a donné sa chance. Il faut qu'il mette de la gestion dans son jeu. C'est pas facile pour un jeune de commander des gars de 130 kilos qui peuvent te manger à tout moment ». Il a participé à une vingtaine de matchs en pros, et ne compte pas s'arrêter en si bon chemin. Le garçon a du caractère. Il l'avait montré en menant la sélection U20 du Languedoc lors d'une mémorable tournée en Afrique du Sud, d'où il était rentré blessé. Agé de 21 ans, il a tous les atouts en main pour faire une belle carrière.

JACOB REDMAN

26 ANS

Après moult inspirations provenant du Tout environnant, Jacob Redman, prend les devants de la scène de sa propre vie. Il était encore jouvenceau quand il réalise son premier film documentaire sur les échanges culturels et prend pleinement conscience de son vif attrait pour le montage vidéo : il n'avait alors que 14 ans et une fervente admiration pour les œuvres de Méliès et Vertov. Homme nature, poète paysan, Jacob en a parcouru du chemin ! C'est porté par les vents de l'art et de la culture qu'il se pose finalement au sein du Graph, lieu de réflexion et de création où il prend plaisir à enseigner et à éduquer à l'image. Les trois quarts du temps, il est alors monteur vidéaste, le quart restant un adepte de la permaculture précise-t-il ! Personnage au cœur rêveur, peut-être se lancera-t-il dans son tour du monde, à pied ou à dos de cheval qui sait ? Mais pour l'heure, il investit l'idée d'un prochain tournage au Sri Lanka, lieu dévasté par un tsunami 10 ans auparavant.

DAVID RINALDO

23 ANS

Champion du monde ! Le Lézignanais d'adoption a raflé la couronne en motocross freestyle, le 14 décembre dernier, en terminant second de la finale disputée devant 10000 fans, en Bulgarie. Un souvenir aussi extraordinaire que douloureux pour le pilote qui s'est donné huit fractures de la main et du pied à la réception de son dernier saut ! David a fêté son titre à l'hôpital, pendant que son père Pascal montait sur le podium à sa place pour soulever le trophée ! Après avoir été champion d'Europe en mai 2013, « R'Dav » bouclait une année magique, sa troisième seulement sur le circuit mondial. Il n'avait que 3 ans et demi lorsqu'il a enfourché sa première moto, une Honda QR 50, en Lorraine. Après avoir écumé les circuits de motocross, il a découvert le freestyle. Son père lui a construit sa première rampe, et c'est en juin 2004 qu'il a décollé pour la première fois. Blessé l'année suivante, il a ensuite terminé ses études avant de passer son premier back-flip - la figure de référence - en 2008. Il est devenu pro en 2009. « Je n'ai jamais pris ça comme un travail mais plutôt comme une passion, même s'il faut énormément s'entraîner, y compris physiquement et mentalement », avoue-t-il. Ses meilleurs souvenirs ? « Les voyages aux Etats-Unis où j'ai pu m'entraîner sur des terrains et avec des personnes qui me font rêver depuis tout petit ». Parmi ses rêves, il y a celui de retourner au Red Bull X factor, une épreuve prestigieuse qu'il avait terminé à la 7e place, l'an dernier. Aujourd'hui, le jeune homme de 23 ans panse ses blessures, et espère enfourcher sa Yamaha YZ250 Power Bike en avril. Ce sera sur le terrain de Fontcouverte où l'accueille son ami David Barrot, depuis qu'il s'est installé dans l'Aude. « Je veux retrouver la compétition et montrer à tous que je ne suis pas devenu champion du monde par hasard. Mais pas question de refaire une compétition sans être à 100% ». Le jeune homme de 23 ans n'est pas aussi pressé que cela... en dehors du circuit, bien sûr !

LOUIS RIVES

Parmi les jeunes Carcassonnais qui font des étincelles sur les pistes, c'est le plus jeune et celui qui possède la plus belle marge de progression. Né en 2001, Louis Rives s'est d'abord affirmé en slalom. L'an dernier, il était sacré champion des Pyrénées dans la catégorie U12 (poussins). Passé U 14 (benjamins), il a été vice-champion de France citadin en slalom dès sa première année. Et a obtenu sa qualification pour le championnat de France benjamins, en super-géant.

13 ANS

Il poursuit son apprentissage entre les piquets sur les pentes de Font-Romeu. Il bénéficie des conseils de son entraîneur Franck Ybanez, et ne manque pas d'observer ses aînés Jean-Baptiste Andrieu et Lena Attias. Très complet, ce jeune obtient aussi d'excellents résultats en CS, addition d'un saut et d'un combi race. Il s'est montré le meilleur de son année d'âge au championnat de France ! En voilà un qui n'a pas fini de surprendre...

BASTIEN ROBERT

A l'âge de 31 ans, Bastien Robert est en train de reprendre, aux côtés de sa cousine et de son frère, l'entreprise d'électricité générale fondée par son grand-oncle en 1949, à Pomas. Un électricien de la troisième génération donc, qui après un BTS électrotechnique passé au sein du lycée Jules-Fil à Carcassonne, a rejoint l'entreprise familiale, qui compte aujourd'hui pas moins de 60 salariés, et réalise l'éclairage public de lotissements et villages sur plus de la moitié du département. Mais pas seulement, car le carnet de commandes est également ouvert aux hôpitaux et autres maisons de retraites. Après cinq ans de travail

31 ANS

au sein de la société, et dans le but de la reprendre à son tour, même s'il précise avec humour que son père « n'est pas encore à la retraite », c'est tout naturellement qu'il s'est dirigé vers l'Ecole supérieure des jeunes dirigeants du bâtiment, afin de forger ses armes, et obtenir l'équivalent d'un BTS gestion de PME et PMI. En lien étroit avec les communes, son travail d'entrepreneur le passionne, et notamment la gestion des rapports avec ses clients. Un aspect bien évidemment majeur pour une entreprise qui pèse dans le paysage économique de l'ouest audois.

MÉLANIE ROBERT

Pas une ni deux mais : quatre ! La quatrième génération est à présent à la tête du domaine familial fondé en 1937 à Pieusse. Mélanie a 28 ans et deux BTS en poche, un viti-oeno et un technico-commercial. En 2009, elle revient à la « maison » après quelques stages dans le bordelais, le gaillacois et même l'Équateur. Raisonnable, elle adhère au label Terra Vitis et se plait à recevoir dans son caveau chargé d'histoire et ouvert sur les vignes. Pleines

28 ANS

d'idées, elle n'hésite pas entre autre à se tourner vers l'oeno-tourisme. Actuellement elle allie le carnaval de Limoux et sa convivialité à la découverte de ses produits autour d'un repas au caveau après un tour de fécos sous les arcades. Etonnante : malgré toutes ses activités et son travail, elle trouve encore le temps d'aller frapper quelques balles avec ses amis du tennis club limouxin. Mélanie bien dans son chai bien dans ses baskets, chapeau !

FLORENCE ROLLOT

13 ANS

Championne de France à 12 ans ! Florence Rollot n'a pas perdu de temps. C'est son père, ingénieur et joueur chevronné, qui lui a offert son premier jeu alors qu'elle n'avait que 6 ans. Formée à l'Echiquier carcassonnais, la Cazilhacoise a brûlé les étapes. Championne départementale, régionale puis nationale, catégorie pupillettes. Une première pour le club de Carcassonne. « Et le plus beau jour de ma vie », aurait-elle soufflé à ses parents, tous deux passionnés d'échecs. Chez les Rollot, même la petite dernière, âgée de 4 ans, s'y est mise ! Dans sa progression, Florence a la chance de pouvoir compter sur le soutien d'un grand maître international, Eric Prié. Celui-ci multiplie les conseils auprès de la petite, qu'il avait affrontée avec un bandeau sur les yeux, en juillet 2012, place Carnot. Après un championnat d'Europe décevant, la jeune fille, désormais âgée de 13 ans, vient de vivre son plus grand moment : le championnat du monde aux Emirats Arabes Unis, en décembre dernier, qu'elle a terminé à la 67e place sur 141 concurrentes. Une parenthèse enchantée dans la vie de cette brillante collégienne à André Chénier, qui n'a pas fini de nous surprendre. Depuis le 1er février, elle est même mieux classée que son père au classement rapide. En voilà une qui apprend vite...

FANNY ET FLORIAN ROMO

34 ANS

Après s'être rendu compte qu'elle était mieux sur une selle que sur une chaise, Fanny Romo plaque tout pour chevaucher sa vie comme elle la rêvait. S'étant fait du cheval un allié important, elle acquiert diverses compétences, dont son monitorat qui lui permettra d'ouvrir en 2004, l'Orge Sucrée, centre équestre où elle prend plaisir à travailler auprès des enfants. Transmettre une nature simple, belle et sans artifices de surcroit au grand air, est son plus beau cadeau au quotidien. D'autre part, elle est la récente instigatrice d'un spectacle équestre qui se produira cet été sur le principe du Cabaret Equestre ; rendez-vous à ne pas manquer pour les amoureux du cheval. Et parce l'ambition est une histoire de famille, Florian Romo, son frère, est aussi à l'origine de la création de Poneycamp, un camping qu'il dirige avec sa mère depuis quelques années ; par ailleurs, depuis 2013 il rajoute à son CV l'ouverture de son propre restaurant, La Table à Flo, un bar à tapas aux saveurs d'été où il exerce ses talents de cuisinier. Un panel représentatif de générosité, de partage et d'énergie dont on peut se ravir sur Cazilhac !

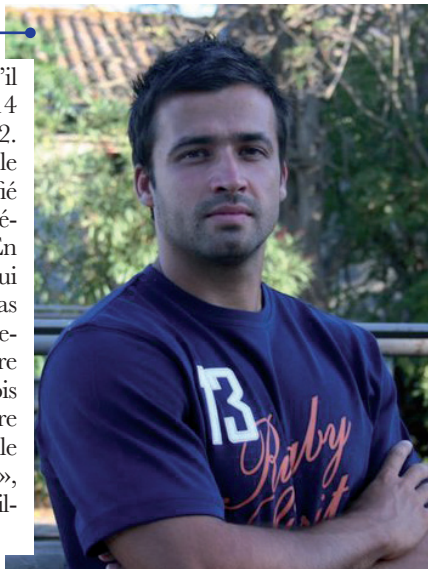
30 ANS

BAPTISTE ROSS BONNEAU

25 ANS

Même pas 25 ans, le tout jeune diplômé est déjà à la tête de la cave de l'Hôtel de la Cité ! C'est en côtoyant de jeunes étudiants sommeliers que Baptiste, alors en Fac d'espagnol, décide, à la grande joie de son grand-père vigneron, de changer de voie. Il intègre en 2011 l'équipe de la Barbacane et prépare sous les conseils avisés de Georges Gracia alors Maître Sommelier, un BP en alternance. Il apprendra entre autre aux côtés de celui-ci, l'humilité, la discrétion, la rigueur du métier, les accords mets et vins, la pédagogie et la diplomatie face à une clientèle de plus en plus exigeante, l'art de la dégustation… Parmi tous les jeunes apprentis qu'aura formé Georges depuis des années, c'est lui qui aura l'opportunité de lui succéder en octobre dernier. A Carcassonne comme à l'étranger un brillant avenir s'offre à lui ; d'autant plus qu'il a également appris qu'il ne fallait pas s'endormir sur ses lauriers, lauriers qui devraient bientôt couronner les concours qu'il va préparer, et qui sait… peut-être un jour sera-t-il lui aussi Maître Sommelier !

CHRISTOPHER RUIZ



Brisé dans son élan ! Victime d'une rupture des ligaments croisés du genou en décembre, l'ouvreur de Narbonne a vu sa saison s'interrompre alors qu'il était au sommet de son art. Christopher Ruiz venait de réussir les 17 derniers coups de pied qu'il avait tentés ! « Les bons résultats du Racing ajoutent à ma frustration », avoue le plus ancien joueur pro du club. C'est en 2005 que le jeune rugbyman est arrivé dans l'Aude. Il avait été formé jusqu'à ses 16 ans à Arles-sur-Tech, avant de passer cinq saisons à l'USAP ponctuées par un titre de champion de France espoirs acquis contre Agen. Les Catalans ne lui proposant pas de contrat pro, c'est à Narbonne, tout près de chez lui, qu'il s'est épanoui. Deux saisons en Top-14 pour commencer, puis sept en Pro D2. Auteur de près de 1500 points sous le maillot orange, l'ouvreur s'est bonifié avec le temps, à un poste où l'expérience est le meilleur des sésames. En fin de contrat, Christopher Ruiz qui fêtera ses 30 ans en mai ne fait pas de plans sur la comète. Marié depuis 2009, il profite de sa blessure pour pouponner sa petite fille de trois ans. Un petit garçon devrait rejoindre le foyer début mars. « La famille m'aide à relativiser ce qui m'arrive », conclut-il. Pour Christopher, le meilleur est encore à venir...

30 ANS

AXEL RUIZ

Chez les Centurions, il est un des rares à avoir fait ses armes dans les catégories de jeunes du club. Enfant de Cuxac-d'Aude, où il a commencé le volley en pupilles, Axel Ruiz a rejoint Narbonne en benjamins. Vice-champion de France de la catégorie, 4e en minimes, 3e en espoirs, il a été un des huit meilleurs jeunes de France. Aujourd'hui âgé de 23 ans, il est à la fois un des plus anciens du club, mais ausi un des plus jeunes à évoluer de temps en temps en équipe première ! Réceptionneur-attaquant depuis tout petit, le joueur qui culmine désormais à 1,90m apporte sa technique en défense et sa puissance en attaque. Capitaine de l'équipe réserve, il essaie de se faire une place en élite, mais ce n'est pas chose facile quand on sait que le capitaine de la sélection espagnole évolue à son poste ! Alex est un peu le garant de l'esprit-club, au point de citer la montée en Elite comme son meilleur souvenir, alors qu'il était resté sur le banc. C'était il y a trois ans déjà. Après cinq saisons au centre de formation, il y vit sa dernière année. Et sait qu'il devra peut-être quitter sa ville pour emmagasiner de l'expérience, dans un club de pro B ou nationale 1. « J'ai encore plein de choses à apprendre », reconnaît-il avec modestie.

23 ANS

THOMAS SANANES

35 ans, sorti d'une Ecole de Commerce de Toulouse à 20 ans, Thomas Sananes a rejoint l'entreprise familiale comme Technico Commercial à l'époque où son père Gérard avait créé et dirigeait les concessions automobiles Honda et Suzuki. Dans le cadre d'une première diversification liée aux marques, Thomas a développé et dirigé les concessions motos de Suzuki puis KTM. Après une mutation économique liée au secteur d'activité et la réglementation, la famille propriétaire de la zone commerciale créa une zone multi services en fermant les concessions. Suite à cette transformation, Thomas et son épouse Ingrid inaugurèrent la franchise King Jouet en septembre 2010 sur une surface ouverte au public de 980 m2, devenant ainsi le spécialiste du jouet sur la zone du Pont Rouge, emplacement commercial stratégique ouvert sur la porte du Minervois. Les craintes de Thomas concernent l'avenir de la filière jouet, car de plus en plus « l'E-Commerce » et la VPC prennent des parts de marché. Toutefois les atouts de King Jouet sont et resteront le suivi permanent de la gamme, le conseil vendeur, la diversité des univers et le service après-vente. Sa passion : la musique et le piano sans oublier Ingrid !

35 ANS

PABLO SANZ

27 ANS

Le retour aux sources, cela existe encore ! Pablo Sanz en est la preuve. Après avoir obtenu un BTS Commerce International au Lycée Diderot à Narbonne, ce remuant Gruissanais est parti étudier une année en Angleterre à l'université de Salford afin d'obtenir une licence en marketing. De retour en France à Lyon pour finir sa scolarité, il retrouve sa région du Languedoc Roussillon via un poste d'acheteur en stage de fin d'études qui s'est ensuite transformé en CDI sur Montpellier. Il y est resté 4 ans.

L'appel de Gruissan, comme celui du large pour les marins, a été le plus fort. Lorsqu'il a appris que Le Weston, établissement phare du port, s'apprêtait à tourner une page de 30 ans d'histoire, il s'est lancé. Son histoire avec le Weston remonte à plus de 10 ans, avec l'émoi des premiers panachés dans ce lieu historique de la vie gruissanaise. La reprise de l'établissement, il l'avoue lui-même, constitue « un grand écart professionnel », mais lui permet de renouer avec ce Gruissan qui l'a vu grandir.

Cette aventure est avant tout un coup de cœur pour Le Weston. Pablo Sanz souhaite d'ailleurs conserver l'esprit de l'établissement qui voit passer toutes les catégories de personnes au cours de la journée, des familles qui souhaitent déguster crêpes, gaufres et glaces jusqu'au groupe de jeunes qui souhaitent « s'ambiancer » avant une soirée en boite, en passant par le couple qui cherche un bon compromis apéro tapas en fin d'après-midi. Cap maintenu, souhaitons à Pablo que l'aventure soit belle…

PIERRE SATGÉ

28 ANS

« Qu'est ce qu'on est serré au fond de cette boîte… » chante les Sardines by le 7, le Club des frangins Satgé en ligne, un tube pour YouTube adopte le 7 un esprit, un créateur, un communicant, un style, une musique, etc... Une compil' de com' on line pour être moderne pilotée par Pierre Satgé, 28 balais, Master 2 d'une École Supérieure de Commerce, responsable de la communication du Club de l'Avenue Henri Goût qui a rejoint son frangin Patrice, Mister Tambouriman, qu'on a connu sur des terrains tous azimuts, qu'il a arpenté en échappant à des cadres institutionnels jusqu'au jour où un relooking de la Fiesta Bodega aujourd'hui Le 7 comme un numéro porte bonheur d'un demi de mêlée des XIII. Un Satgé pouvait en cacher un autre, et voilà Pierre de l'ombre à la lumière de la ville, le communicant naturel et diplômé avec brio pour bâtir un plan marketing, une programmation, un management sans ménagement du Club des frangins Satgé. Un style, une musique, une dynamique… mais aussi une Sucess Story et une belle histoire de famille. Pierre le défricheur n'a pas fini de lâcher ses fameux spots sessions. Le 7 by Pierre ça fait déjà le buzz !

JONATHAN SEGURA

Jonathan Segura 30 ans, se déclare être un artisan dans le monde du déménagement et des métiers de la logistique. Jonathan Segura, après une capacité de transport, a rejoint l'entreprise de ses parents à l'âge de 19 ans, les Ets Gérard. En 2006, il crée « Dem Express 11 » en rachetant les parts de la société du garde meuble de l'avenue du docteur Henri Goût. Cette TPE se caractérise par sa proximité commerciale auprès de sa clientèle et les rapports de confiance qui se sont tissés avec le temps. L'entreprise couvre la France entière dans ses déplacements. A côté de cela, Jonathan Segura s'est investi dans le développement du club des « Nouveaux Entrepreneurs Audois » en assurant la logistique et l'organisation des manifestations mensuelles. Il aime à dire qu'il court après le temps et que le métier de déménageur est ce métier où on apprend à se lever tôt et à se coucher tard n'en déplaise à Céline ! Enfin Jonathan aime les œuvres de Bernard Werber et nous terminerons par cette citation « La justice est une illusion. Les Thanatonautes ».

30 ANS

JESSICA SIGUIER

Le cinéma, dans une ville, ça occupe une place importante : un jour pluvieux, un dimanche, ou lors de la sortie du film de votre star favorite ; un moment d'excitation assuré ! Depuis ses débuts en tant qu'opératrice projectionniste, et d'agent d'accueil, c'est à la tête du Multiplexe de Carcassonne que l'on connait cette jolie blonde pétillante : Jessica Siguier, jeune directrice depuis 2011.

29 ANS

Entre deux projections cinématographiques, gestion du personnel et mission de communication sont de rigueur. Le cinéma c'est sa passion, et elle tente de vous faire apprécier ce bon moment d'évasion projeté sur ses écrans géants. Un rôle polyvalent important que Jessica accomplit au quotidien avec cœur, le tout en restant très terre à terre.

CINDY SPANU

« Quand je serai grande, je serai danseuse ! », clamait-elle du haut de ses 4 ans. Commençant sa formation par de la danse classique et le modern jazz, elle se tourne à l'adolescence vers le contemporain. Elle persévérera dans sa passion tout au long de ses études d'assistante sociale. Un diplôme c'est bien, mais la danse c'est mieux ! En 2007, elle intègre à Toulouse la formation professionnelle du danseur de l'école Art Danse International. Plus tard elle rejoint la compagnie artistique Jeune du Monde et rencontre la chorégraphe Camille Cau. En parallèle, elle crée et interprète des chorégraphies et travaille sur la scène du plus grand cabaret toulousain. Son diplôme d'état de professeur de danse obtenu en 2012, elle enseigne chez Odile Cals-Cau, et à Carcassonne Olympique avec Marie-Christine Rambeau. Aujourd'hui, du haut de ses 28 ans, elle dirige l'Atelier de Danse, 9 rue Ledru Rollin à Carcassonne, où elle avait fait ses premiers pas. Le 28 mai 2014 Cindy Spanu présentera « Créativ'idée » au Théâtre Jean Alary, et cet été au Festival de la Cité elle dansera dans la pièce « Crossings » mise en scène et chorégraphiée par Kristen Debrock.

28 ANS

FRANCK TANNEAU

35 ANS

Il n'y a pas de tour de magie. C'est bien son talent et sa passion pour les musiques actuelles qui ont conduit Franck Tanneau à la direction de la salle du Chapeau Rouge de Carcassonne. Le parcours « festivalier » de Franck a réellement commencé à Castelnaudary, quand au début des années 2000, avec quelques amis et sa compagne, il créa le festival Chapiteuf. Ce fut un événement annuel qui occupa, au départ, le stand de tir de la ville, où ce qui se fait de mieux en matière de rock alternatif et de ska festif, voire de rap, s'est produit. Le petit festoche est devenu grand. Il a pris de l'ampleur et déjà Franck Tanneau eut l'idée de mettre de la culture dans la rue et de la mettre à la portée de toutes et tous, des enfants surtout. L'initiative a pris de l'ampleur. Trop peut-être. Et il a fallu mettre un terme à cette révolution culturelle en Lauragais. Dont acte. C'est ici, à Carcassonne, que Franck Tanneau a su rebondir, avec la créativité et les bonnes idées qu'on lui connaît. Un visage sur la culture pour tous, et abordable.

SAMUEL VERNET

31 ANS

Son job : c'est éleveur de truites ! Samuel Vernet a quitté sa Drôme natale pour s'installer à Gesse. Là où, au beau milieu des gorges de l'Aude, une pisciculture somnolait au rythme des eaux tranquilles de ses bassins (presque) vides. Aquaculteur de formation, le jeune trentenaire a fait ses valises pour raviver l'exploitation. Une opportunité pour ce jeune homme qui a fait un jour le choix de travailler en pleine nature. En cinq ans d'activité, Samuel Vernet est en capacité de fournir à présent pas moins de 16 tonnes de truites par an. Les Fario participent au repeuplement des rivières ou encore au besoin des pêcheurs tandis que les Arc-en-ciel font le bonheur des restaurateurs de la Haute-Vallée. Préparée comme le saumon, la truite intéresse les fins gourmets, le marché est porteur et l'entrepreneur audois ne cesse de le développer. Ses heures de travail il ne les compte pas, et tout est fait manuellement pour que le produit soit le plus naturel possible. Valorisé, il est ensuite commercialisé en circuit court. Du 100% audois, mis en oeuvre par un ami venu du Dauphiné.

SOIRÉES COLLECTOR DU MAG !

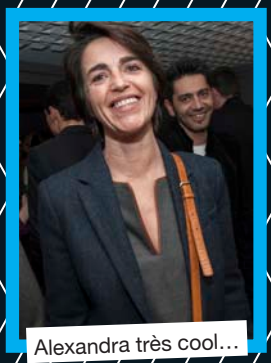
Requiem pour un bad boy. Les 20 ans du Mag….champagne pour Michel Fumoso !

Don Louis et ses dames !

Rencontre de Boss, le grand Tilcké et notre vénérable Directeur !

Gueules du Mag : une belle brochette !

Alain, Nat et les autres. L'éclate pour Martine !



Alexandra très cool…

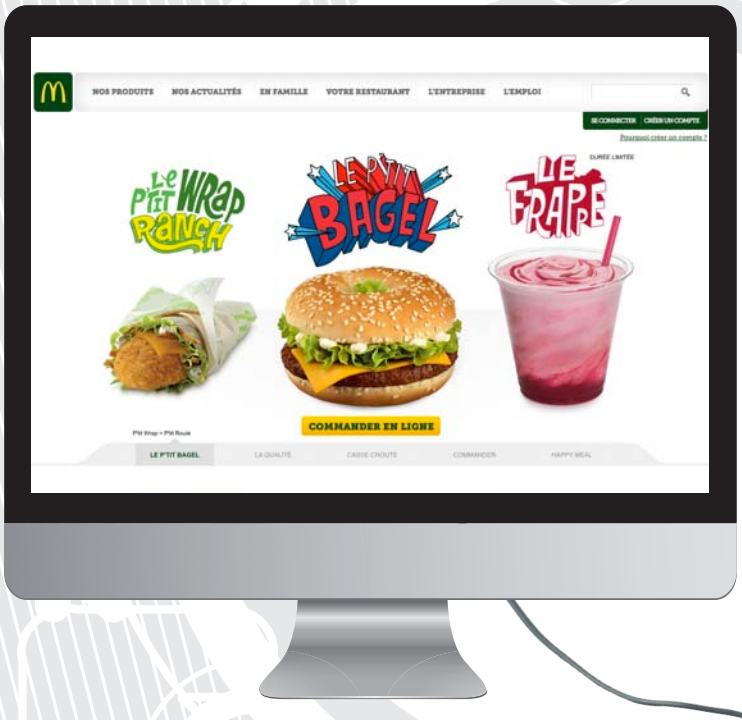
Président J. Guilhem, coude au bar

Alain Grand très classe. On reconnait Fonfon la tulipe et Madame !

Titi and Bernie ! Very glamour !

Commandez votre Mc Do de chez vous !

Ordinateur, Tablette ou Smartphone



Venez avec votre code retirer votre commande aux bornes de votre restaurant

www.mcdonalds-carcassonne.com

NOUVELLE APPLICATION !

Mon Sud de France

Mes vacances À LA CARTE

sensinédit - Direction de la Communication de la Région Languedoc-Roussillon - © istockphoto - 02/2014

Sud de France

Téléchargez l'application
« Mon Sud de France »

La Région lance deux outils pour booster le tourisme en Languedoc-Roussillon :
le site *Destinationsuddefrance.com* pour aider à la préparation de séjours, et l'application « *Mon Sud de France* » pour prendre le relais auprès des internautes arrivés en Languedoc-Roussillon et les accompagner dans leur découverte du territoire. Pour des vacances à la carte.

Disponible sur App Store

la Région Languedoc Roussillon

laRégion.fr