

Ma pause Aubrac

DOSSIER DE PRESSE



L'Aubrac, une pause singulière et inspirante
où tout nous reconnecte à l'essentiel et à la nature.

L'AUBRAC, TERRE D'ÉMOTIONS ET DE GRANDS ESPACES



« L'Aubrac est un de ces lieux qui bercent notre imagination. On ne saurait le situer avec précision, ni de quoi sa magie est faite. Cette contrée onirique établie aux frontières de l'irréel... Avouons-le, on ne jurerait pas que l'Aubrac existe tout à fait, mais on a envie de le croire... ».

« L'Aubrac, un absolu dépaysement » – Magazine Expression, 1987.

ITINÉRANCE

Terre de pèlerins sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, terre de grands espaces et d'horizons infinis, **l'Aubrac est une destination privilégiée** pour les amateurs d'évasion. À pied, à vélo, à cheval ou en raquettes, les visiteurs parcourent **un territoire préservé** où les paysages se dévoilent au rythme du cheminement.

Avec son vaste réseau d'itinéraires, l'Aubrac offre **une expérience unique** alliant découverte, ressourcement et reconnexion à l'essentiel.

NATURE

Terre d'eau et de granit, l'Aubrac abrite **un patrimoine naturel remarquable**. Lacs, rivières, tourbières, cascades et vastes étendues composent des paysages d'une grande richesse, abritant **une biodiversité exceptionnelle**.

Symbole incontesté du territoire, la vache Aubrac incarne à elle seule l'authenticité et la force de cette **nature préservée**.

PATRIMOINE

De ses villages pittoresques à ses burons emblématiques, de ses églises romanes à ses châteaux chargés d'histoire, l'Aubrac révèle **un patrimoine riche et authentique**.

Héritages architecturaux, traditions pastorales et savoir-faire locaux témoignent de **l'identité singulière de ce territoire** façonné par les hommes, le climat et les siècles.

ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE

Destination nature par excellence, l'Aubrac se découvre en **toutes saisons à travers une multitude d'activités de plein air**.

Randonnée, VTT, équitation, pêche, ski nordique ou raquettes permettent **d'explorer la diversité de ses paysages** et de profiter d'un environnement propice à la détente, au bien-être et à l'aventure.



■ EN QUELQUES CHIFFRES

- **2 régions** (Auvergne-Rhône-Alpes, Occitanie)
- **3 départements** (Aveyron, Cantal et Lozère)
- **1 Parc Naturel Régional** (PNR Aubrac)
- **7 sites Natura 2000, 600 ha d’espaces naturels sensibles**
- **18 sites inscrits ou classés**
- **25 monuments historiques inscrits ou classés**
- **2 sections du GR® 65 classées à l’UNESCO et 3 sites inscrits à l’UNESCO**
- **4 GR®** (GR® 6/60 Chemin de St-Guilhem, GR® 65 Chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, GR® 670 Chemin Urbain V, GR® 465 des monts du Cantal à la vallée du Lot)
- **4 GR®P** (GR®P Tour des Monts d’Aubrac, GR®P lo Camin d’Olt, GR®P le Tour du Carladès, GR®P Pays de Saint-Flour)
- **364 itinéraires de randonnée soit 3550 km**
- **134 itinéraires VTT soit 1380 km**
- **1 entrée vers la Grande Traversée du Massif Central** (GTMC)
- **5 sites VTT FFC soit plus de 600 km**
- **25 itinéraires équestres soit 125 km**
- **218 espèces animales patrimoniales dont 158 protégées**
- **232 espèces végétales patrimoniales dont 114 protégées**
- **9 barrages**
- **2500 km de cours d’eau catégorie 1**
- **2300 ha de lacs**
- **5 stations de ski**



SOMMAIRE



Naturellement bien-être	6.
Un patrimoine vivant et partagé	8.
Au fil de l’eau	10.
Héritage de matière et savoir-faire vivants	12.
Entre barrages et viaducs : l’aventure industrielle	14.
Micro-aventures grandeur nature	16.
Nature gourmande et savoir-faire d’exception	18.
Terre d’art et d’inspiration	20.
Le grand terrain de découverte des familles	22.

NATURELLEMENT BIEN-ÊTRE

Destination de ressourcement par excellence, l'Aubrac cultive une approche du bien-être profondément ancrée dans son environnement. Ici, le temps ralentit, les paysages apaisent et les savoir-faire locaux invitent à renouer avec l'essentiel.

Entre thermalisme, grands espaces et initiatives engagées, le territoire offre une parenthèse régénérante, loin de l'agitation du quotidien.



INSPIRATION 1



À **Chaudes-Aigues, Caleden** incarne l'excellence thermale avec ses eaux naturellement les plus chaudes d'Europe, atteignant 82°C. Référence pour le traitement des affections rhumatismales, la station conjugue expertise santé et expérience sensorielle. L'espace thermoludique, avec ses bassins à 34°C, ses cascades et son bain extérieur, invite à une immersion totale où chaque sensation participe au relâchement du corps et de l'esprit.

En savoir + : caleden.com



Sur le plateau de l'Aubrac, **La Chaldette** propose une approche plus confidentielle, résolument tournée vers un thermalisme durable. Ses eaux riches en bicarbonate de sodium, à 35,2°C, sont reconnues pour leurs bienfaits sur différents troubles, dans un cadre naturel préservé. Ici, le bien-être se vit en harmonie avec l'environnement, dans une logique respectueuse et contemporaine.

En savoir + : lachaldette.com

Fombillou



INSPIRATION 2

L'Aubrac se révèle aussi dans la puissance de ses paysages, véritables invitations à la contemplation. Sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, le **Roc des Loups** et l'**Oculus** offrent un décor minéral spectaculaire, entre chaos granitique et horizon infini, propice à la méditation.

Ancien volcan isolé, le **Neck de Marchastel** déploie un panorama saisissant sur les étendues du plateau. Ce site, à la fois géologique et historique, invite à une pause hors du temps. Sur les contreforts de l'Aubrac, le **panorama de Fombillou** au Nayrac offre un point de vue majestueux sur les gorges du Lot. Rocher de légende, il perpétue la mémoire d'un affrontement entre loup et homme, ravivé chaque année par son Feu de la Saint-Jean.

Au fil des saisons, le **Lac des Moines** se pare de lumières changeantes, offrant un cadre idéal pour savourer un coucher de soleil.

Quant au **col de Bonnecombe**, il incarne l'esprit de l'Aubrac : vastes paysages, burons, troupeaux et lacs d'altitude composent un décor authentique et profondément apaisant été comme hiver.

En savoir + : aubrac-lozere.com
terresdaveyron.com
aubrac-gorgesdutarn.com



Oculus



INSPIRATION 3

Sur l'Aubrac, le bien-être s'exprime également à travers l'engagement de producteurs, qui subliment avec éthique la flore locale qu'offre la nature.

La Grange au Thé valorise le thé d'Aubrac, transformé en produits gourmands et cosmétiques, illustrant un savoir-faire collectif et une valorisation fine des ressources du territoire.

En savoir + : lagrangeauthe.com

Le bien-être s'exprime également à travers un écosystème d'acteurs engagés. En Lozère, **Lupa'Lis** développe des cosmétiques naturels, bio et responsables, entièrement fabriqués à la main à partir d'ingrédients locaux.

En savoir + : lupaliscosmetique.fr



Lupa'Lis

Natur'AZ s'inscrit dans cette dynamique en concevant compléments alimentaires et cosmétiques issus de plantes biologiques cultivées sur place, dans une démarche alliant innovation et respect de la biodiversité.

En savoir + : thebeautyplantfactory.com

Enfin, **Essenciagua** perpétue un savoir-faire traditionnel de distillation d'eaux florales, révélant toute la richesse botanique de l'Aubrac à travers des productions éthiques et durables.

En savoir + : essenciagua.fr



focus agenda

Chaque **fin avril**, le festival **Slow'Brac** invite à adopter un autre rythme sur le plateau de l'Aubrac. Conférences, ateliers et marché artisanal rythment cet événement consacré au bien-être et aux savoir-faire locaux, dans un cadre naturel d'exception.

En savoir + : aubracbienetre.fr

hébergements

POUR PROLONGER L'EXPÉRIENCE, LE TERRITOIRE PROPOSE DES ADRESSES INSPIRANTES

• **Les Bulles du Gourg** (Lassouts) offrent une immersion insolite au cœur de la nature, entre contemplation du ciel étoilé et détente en spa privatif.

En savoir + : lesbullesdugourg.fr

• À **Saint-Côme-d'Olt**, le **Couvent de Malet** accueille les visiteurs en un lieu empreint de sérénité, propice au recueillement et à la déconnexion. Une longue tradition hospitalière perpétuée par cet établissement chargé d'histoire à l'accueil simple et authentique.

En savoir + : gite-pelerin-compostelle-vacances-aubrac.fr

• Plus confidentiel, le **Domaine des Marequiers** (Saint-Germain-du-Teil) conjugue raffinement et nature, avec des prestations haut de gamme pensées pour le bien-être, dans un environnement préservé. Une invitation à vivre pleinement l'art de vivre de l'Aubrac.

En savoir + : domainedesmarequiers.com

Couvent de Malet



Domaine des Marequiers



UN PATRIMOINE VIVANT ET PARTAGÉ

Sur les hauts plateaux de l'Aubrac, l'art de vivre se dévoile à travers une cuisine généreuse, des traditions pastorales bien ancrées et une vie culturelle vivante. Ici, l'authenticité se partage autour de grandes tablées, de fêtes ancestrales et de rencontres sincères. Entre nature préservée et convivialité, le territoire offre une expérience chaleureuse et inspirante, au rythme des saisons et des savoir-faire locaux.



INSPIRATION 1

Au **Buron de Born**, entre pierre et bois, l'expérience est à la fois authentique et conviviale : aligot filant, charcuteries locales et ambiance festive s'y dégustent face aux vastes paysages du plateau. L'été, les soirées s'animent au rythme des fêtes traditionnelles, où la convivialité est toujours au rendez-vous.

En savoir + : bastide-nasbinals.com



À **Camejane**, la tradition se vit au plus près : l'aligot y est préparé sous les yeux des convives, dans une atmosphère familiale et chaleureuse. Les grandes tablées invitent naturellement au partage et aux échanges, dans un esprit simple et sincère.

En savoir + : buron-en-aubrac.com

Dominant les paysages de l'Aubrac, le **Relais des Lacs** propose une expérience rare. Un menu unique, généreux et subtilement ancré dans le terroir y est servi dans un décor d'exception. Une parenthèse élégante et hors du temps, dédiée à l'art de vivre en altitude.

En savoir + : relais-des-lacs.fr

INSPIRATION 2

Sur ce plateau à la fois rude et majestueux, la **vache Aubrac** s'impose comme l'emblème incontesté du territoire. Reconnaisable à ses yeux délicatement cerclés de noir, elle incarne une adaptation remarquable aux conditions climatiques parfois extrêmes de ces hauts espaces. Rustique et résistante, elle demeure au cœur d'un **système agro-pastoral durable**, façonnant encore aujourd'hui les paysages et le rythme des saisons. Présents dans les pâturages tout au long de l'année, les troupeaux ponctuent la vie du plateau et prennent part aux grandes fêtes de la transhumance, temps forts empreints de tradition et de convivialité.

Symbole d'un équilibre précieux entre nature, savoir-faire et héritage, la vache Aubrac incarne une identité profondément ancrée dans son terroir, où l'élevage reste indissociable de la culture et du quotidien des habitants.



INSPIRATION 3

L'Aubrac surprend aussi par sa vitalité culturelle et artistique. À Cantoin, le **Musée des cornemuses du monde** rassemble une collection unique d'instruments venus des cinq continents, de la cabrette locale aux cornemuses du monde entier. Ce lieu singulier témoigne de la richesse des traditions musicales populaires.

En savoir + : museedescornemuses.com



À Nasbinals, la **Rosée du Matin** insufflé une dynamique contemporaine au territoire en accueillant spectacles, concerts, résidences d'artistes et actions culturelles tout au long de l'année. Un lieu vivant, ouvert sur la création et le partage.

En savoir + : laroseedumatin.art

Entre patrimoine musical et création actuelle, l'Aubrac révèle une identité vivante et plurielle, où traditions et expressions artistiques se répondent et se réinventent en permanence.

Bals et cabrette

L'ÂME FESTIVE DE L'AUBRAC

Danses et musiques traditionnelles rythment encore la vie de l'Aubrac. Bourrées, gigues et bals populaires réunissent toutes les générations dans une ambiance conviviale et festive, où la transmission se fait naturellement. Au cœur de ce patrimoine vivant, la **cabrette** occupe une place centrale. Instrument emblématique du Massif Central, elle accompagne depuis le XIX^e siècle les bals et rassemblements.

Aujourd'hui encore, **associations, musiciens et conservatoires** assurent la transmission de ce savoir-faire, perpétuant un héritage inscrit à l'inventaire du patrimoine culturel immatériel en France.

focus agenda

Chaque printemps, les **Transhumances** célèbrent la montée des troupeaux vers les pâturages d'altitude. Vaches parées de fleurs, défilés, marchés et animations rythment cet événement inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. Moment fort de l'année, il incarne la transmission d'un savoir-faire ancestral et l'attachement profond à la terre.

À l'automne, la **Davalada** marque la redescente vers les vallées, prolongeant ce cycle pastoral.

En savoir + : parc-naturel-aubrac.fr/voir-faire/les-transhumances-de-laubrac

Rosée du matin



Cabrette



Folklore Lous Oyolos



■ AU FIL DE L'EAU

Sur l'Aubrac, l'eau façonne des paysages d'exception et rythme les expériences de découverte. Lacs d'altitude, rivières sauvages et cascades majestueuses composent un décor propice autant à la contemplation qu'à l'aventure. Villages de caractère, activités de pleine nature et panoramas préservés prolongent cette parenthèse aquatique, au fil des saisons.



Belvédère de Mallet



INSPIRATION 1

Des gorges de la Truyère aux lacs d'altitude de l'Aubrac, l'eau sculpte des paysages spectaculaires où se mêlent barrages, forêts profondes et presqu'îles sauvages. Dominé par l'emblématique **viaduc de Garabit**, ce territoire grandiose se découvre au fil d'eaux paisibles, idéales pour le canoë, le paddle, la pêche ou simplement la contemplation.

En savoir + : pays-saint-flour.fr



Tourbière de la Vergne Noire

Plus en aval, le **lac de Sarrans** et la **presqu'île de Laussac** offrent des parenthèses de sérénité accessibles par des routes sinueuses traversant des espaces préservés.

En savoir + : tourisme-en-aubrac.com

Sur l'Aubrac, la **Route des Lacs** relie cascades, lacs glaciaires et burons traditionnels entre Nasbinals et Bonnetcombe. Cet itinéraire panoramique conjugue grands espaces et plaisirs gourmands, invitant à découvrir l'aligot et les savoir-faire locaux. Plus confidentielle, la **tourbière de la Vergne Noire**, aménagée d'un sentier botanique et écologique, révèle un écosystème fragile classé Natura 2000, idéal pour observer la biodiversité sans la perturber.

En savoir + : aubrac-lozere.com
aubrac-gorgesdutarn.com

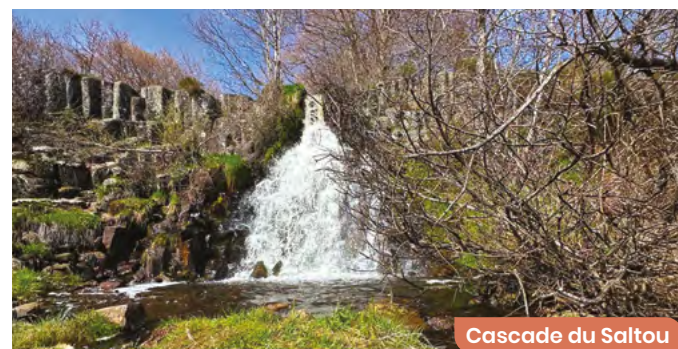


INSPIRATION 2

Ici, l'eau se vit pleinement au fil d'expériences immersives. Sur le **lac de Lanau**, les sorties en canoë canadien permettent de glisser entre îlots et reliefs dans une atmosphère paisible, guidé par la lumière du soir.

En savoir + : pays-saint-flour.fr

Plus loin, le territoire révèle une succession de cascades et de chaos granitiques spectaculaires. Du **Saut du Chien**, dont les eaux dévalent plusieurs ressauts au cœur d'un décor sauvage, à la **cascade du Déroc** dominant la vallée de la Gambaise et ses orgues basaltiques, l'eau exprime toute la puissance géologique de l'Aubrac. Les **gorges du Bès** offrent, quant à elles, un véritable terrain d'aventure entre randonnée, trail et escalade, dans un canyon façonné par la rivière.



Cascade du Saltou



INSPIRATION 3

Au fil des rivières, les villages de la vallée dévoilent un patrimoine façonné par l'eau. À **Saint-Juéry**, le Bès serpente entre ponts de granit, moulins et sentiers sauvages, témoignant d'une histoire rurale intimement liée à la rivière et à ses usages.

Plus au sud, **Saint-Côme-d'Olt**, classé parmi les **Plus Beaux Villages de France**®, s'étire au bord du Lot. Ses ruelles médiévales, son clocher tors unique et sa fontaine de la place Théron racontent une vie tournée vers le fleuve et les traditions, notamment la transhumance.

Saint-Côme-d'Olt

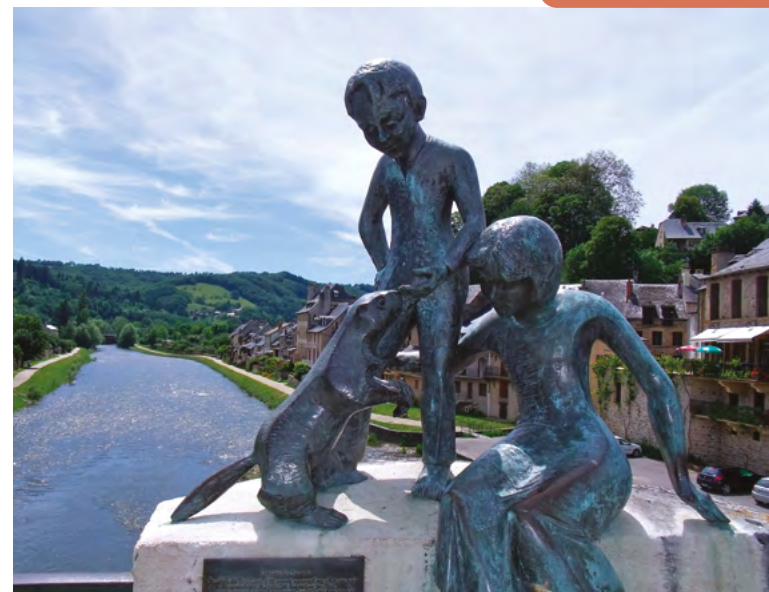


focus agenda

À **La Canourgue**, les visites guidées plongent au cœur de la « **Petite Venise lozérienne** ». Entre canaux, ruelles et patrimoine, un guide partage anecdotes et secrets d'histoire.

En savoir + : aubrac-gorgesdutarn.com

Statue des marmots



Estaing

Enfin, **Estaing** offre un décor remarquable où le Lot et ses affluents encerclent le village. Son château, son pont gothique et ses façades de schiste composent une silhouette de carte postale. Étapes majeures du chemin de **Saint-Jacques-de-Compostelle**, ces villages conjuguent douceur de vivre, patrimoine et identité fluviale.

La Canourgue



Au fil du Lot

ENTRE LÉGENDES ET PAYSAGES VIVANTS

C'est sur les rives du Lot, « **Olt** » en occitan, que se sont établis nos villages, dont certains l'épinglent à leur nom comme un précieux bijou : **Saint-Côme-d'Olt**, **Sainte-Eulalie-d'Olt**... À **Saint-Geniez-d'Olt**, tantôt paisible, tantôt redoutable, le Lot nourrit récits et identités, comme en témoigne la légende des Marmots, sauvés par une marmotte lors d'une crue.

HÉRITAGE DE MATIÈRE ET SAVOIR-FAIRE VIVANTS

Dans ces paysages de caractère, la matière devient langage. Pierre, cuir, métal et bois traduisent une identité forte, portée par des artisans et créateurs qui font vivre des savoir-faire d'exception. Héritage et création contemporaine se répondent au fil des ateliers, des paysages et des œuvres qui marquent le territoire. Un dialogue qui façonne une culture vivante et singulière.

INSPIRATION 1

Né en 1828 à Laguiole, au cœur de l'Aubrac, le couteau éponyme s'impose comme un symbole majeur de la coutellerie française. D'abord outil paysan pliant, il devient un objet du quotidien reconnu bien au-delà de son territoire d'origine. La filière connaît aujourd'hui un renouveau avec l'Indication Géographique obtenue en 2024 et la certification de plusieurs entreprises en 2025. Dans les ateliers ouverts à la visite, chaque étape révèle la précision du geste artisanal. Les manches se déclinent en une grande diversité de matières : corne d'Aubrac, bois de cerf, zébu, ébène, olivier ou encore matériaux inattendus comme le fossile de mammoth ou des fragments symboliques. Chaque pièce incarne un savoir-faire vivant entre tradition et innovation.

En savoir + : tourisme-en-aubrac.com/destination/le-couteau-de-laguiole

INSPIRATION 2

Du cuir aux matières naturelles, les artisans du territoire perpétuent et réinventent les savoir-faire traditionnels. À Saint-Côme-d'Olt, Aubrac Bottier conçoit des chaussures sur mesure, entièrement façonnées à la main dans une démarche exigeante et responsable, reconnue par le label EPV. Chaque création traduit une maîtrise fine du geste et un ancrage fort dans le territoire aveyronnais.

En savoir + : aubrac-bottier.fr



Plus loin, des créations contemporaines voient le jour, comme les bijoux en corne de vache signés MadeMoi'Zèle Pimprenelle, dont les nuances uniques s'inspirent directement des paysages environnants. Entre héritage et créativité, les matières prennent ici une dimension singulière.

En savoir + : mademoizele-pimprenelle-aubrac.com



Pic de Mus

INSPIRATION 4

Les paysages portent l'empreinte des activités passées. Au Cayrol, les anciennes ardoisières rappellent plusieurs siècles d'exploitation, dont subsistent toitures et savoir-faire. Un sentier permet aujourd'hui d'en suivre l'histoire, entre patrimoine bâti et mémoire ouvrière.

En savoir + : museeardoiseanglars.fr

Plus loin, le chaos rocheux de Roquelaure dévoile un impressionnant amas de blocs basaltiques, longtemps perçu comme une coulée de lave. Ces sites racontent une histoire géologique et humaine, où la pierre structure autant les paysages que les identités locales.

En savoir + : terresdaveyron.fr

Hébergements

LE BESSOU DE L'AUBRAC

À Saint-Urcize, Le Bessou est une adresse singulière qui incarne l'esprit de l'Aubrac et l'accueil paysan. Ce lieu propose différentes façons de vivre le territoire : chambres d'hôtes conviviales, gîte à la ferme ou expérience plus insolite avec une nuit en buron à la décoration soignée.

En savoir + : lebessoudelaubrac.fr

INSPIRATION 3

À Laguiole, le taureau en bronze domine la place du Foirail et incarne à la fois la puissance de la race Aubrac et l'identité agricole locale.

Sur la commune de Saint-Laurent-de-Muret, le Pic de Mus propose une vue panoramique remarquable sur un promontoire marqué par un volcanisme singulier sur l'Aubrac. L'accès au sommet est relativement court, permettant une sortie facile à destination des habitants et curieux. La GÉODE de l'Aubrac est disposée sur le chemin menant à ce sommet et est gravée aux noms des lieux emblématiques de la commune de Saint-Laurent-de-Muret, renforçant le lien entre patrimoine local et création contemporaine.

En savoir + : gevaudan-authentique.com



focus agenda

Chaque été, le site d'Anderitum à Javols replonge dans l'époque gallo-romaine à l'occasion des Gabalades. Artisans et archéologues y partagent leurs savoir-faire à travers ateliers et démonstrations de forge, tissage ou céramique. Une expérience immersive, à la fois pédagogique et conviviale, pour découvrir les gestes et techniques d'autrefois.

En savoir + : archeologie-javols.org



Le Bessou

ENTRE BARRAGES ET VIADUCS : L'AVENTURE INDUSTRIELLE

Entre gorges spectaculaires, ouvrages d'art et sites industriels encore en activité, le tourisme industriel dévoile une destination où l'ingénierie façonne le paysage. De la Truyère à la vallée du Lot, barrages hydroélectriques, viaduc de Garabit, mémoire métallurgique et chemins historiques composent un itinéraire singulier. Ici, nature et industrie dialoguent et racontent l'histoire d'un territoire en mouvement.



Barrage de Grandval



INSPIRATION 1

Véritables colonne vertébrale énergétique du territoire, **les gorges de la Truyère concentrent** un patrimoine hydroélectrique exceptionnel. Neuf barrages jalonnent son cours jusqu'au Lot, assurant près de 10 % de la production française d'électricité hydraulique. Cet ensemble toujours en activité illustre le rôle majeur des énergies renouvelables dans la gestion de l'eau, des débits et des ressources.

Le parcours de découverte permet d'approcher ces ouvrages emblématiques : l'**Espace EDF Truyère à Couesques** offre une immersion spectaculaire au cœur des installations, tandis que **le site souterrain de Montézic**, deuxième site hydroélectrique de France, impressionne par sa puissance.

En savoir + : tourisme-en-aubrac.com
terresdaveyron.com

Belvédères, visites estivales du barrage de Sarrans ou encore expositions à Lanau et Garabit-Grandval complètent cette exploration d'un territoire où technologie et paysage ne font qu'un.

INSPIRATION 2

Monument emblématique de l'ingénierie du XIXe siècle, **le viaduc de Garabit** incarne le génie de Gustave Eiffel. Inaugurée en 1884, cette structure métallique d'exception, véritable dentelle d'acier suspendue au-dessus de la Truyère, symbolise les ambitions techniques de son époque. Porte d'entrée vers les gorges et l'Aubrac, il est aujourd'hui reconnu comme une référence patrimoniale majeure, en lien avec d'autres grands viaducs européens.

En savoir + : pays-saint-flour.fr/incontournables/viaduc-de-garabit



Viaduc de Garabit



À proximité, **Saint-Chély-d'Apcher** dévoile l'autre visage de l'industrie locale : **la métallurgie**. Depuis 1917, l'usine aujourd'hui exploitée par ArcelorMittal a façonné la ville et son identité ouvrière.

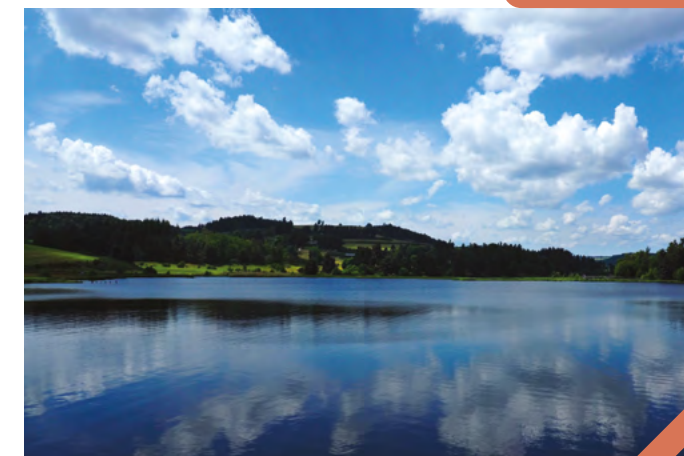
Le Musée de la Métallurgie, créé en 1990 par d'anciens ouvriers passionnés, conserve machines, outils et témoignages, retraçant les grandes étapes de la production et la vie ouvrière. Une immersion sensible dans un siècle d'histoire industrielle et sociale.

En savoir + : margeride-en-gevaudan.com

INSPIRATION 3

Construit en 1959, **le barrage du lac du Moulinet** a permis de créer un lac artificiel en retenant les eaux de la Crueize, sur le plateau de l'Aubrac au Buisson. À l'origine, cet aménagement avait pour objectif de soutenir la production d'énergie hydroélectrique en alimentant les installations situées sur la Truyère et le Lot. Aujourd'hui, le lac du Moulinet est reconnu pour son cadre naturel préservé et offre les plaisirs de la baignade, de la pêche et de la randonnée.

En savoir + : gevaudan-authentique.com



Lac du Moulinet



Visite théâtralisée

focus agenda

Les **visites théâtralisées** revisitent la découverte du patrimoine industriel. À **Lanau**, une comédienne costumée et un agent EDF forment un duo hors pair pour faire revivre les sites autrement. Entre narration, humour et patrimoine, **ces rendez-vous estivaux** offrent une lecture vivante des grands ouvrages de la Truyère.

En savoir + : pays-saint-flour.fr

Montézic II

À l'horizon 2035, **le projet Montézic II** prévoit l'ajout de deux turbines à la centrale souterraine existante, située à 400 mètres sous terre. Cette extension permettrait d'augmenter la puissance du site de 466 MW supplémentaires.

En tant que **station de transfert d'énergie par pompage**, Montézic joue un rôle clé dans l'équilibre du réseau électrique : l'installation stocke l'énergie produite en surplus avant de la restituer instantanément lors des pics de consommation.



MICRO-AVENTURES GRANDEUR NATURE

L'Aubrac se prête idéalement aux micro-aventures. À pied, à vélo, dans l'eau ou sur la neige, chaque sortie devient une expérience courte mais intense, au contact d'une nature préservée et d'un patrimoine vivant. Ici, les reliefs de l'Aubrac et les vallées des gorges du Bès et de la Truyère offrent un terrain de jeu exceptionnel. Un territoire pensé pour explorer autrement, en toute liberté, au rythme de chacun.



INSPIRATION 1

Les gorges du Bès et de la Truyère concentrent un vaste terrain d'expériences entre nature brute et activités à sensations. À Morsanges, un éco-bivouac propose de passer une nuit en pleine nature dans un site aménagé de façon écologique et fonctionnelle. Point de départ idéal pour rayonner sur les sentiers environnants : chemin Urbain V, sentier des Maquisards, GRP de Saint-Flour, espace trail ou sites d'escalade. Une action pilote du Parc naturel régional de l'Aubrac.

En savoir + : pays-saint-flour.fr



Saut du Chien

Sur les hauteurs de l'Aubrac, le col de Bonnecombe devient en hiver un vaste terrain de jeu pour le snowkite et activités nordiques. Tirés par une voile, skis aux pieds, les pratiquants évoluent sur des plateaux ouverts, entre ski de fond et raquettes, dans une sensation unique de liberté et d'espace.

En savoir + : aubrac-lozere.com
tourisme-en-aubrac.com
aubrac-gorgesdutarn.com



INSPIRATION 2

La destination se découvre aussi au rythme des mobilités douces, qui transforment le déplacement en véritable expérience. La V86, véloroute de la vallée du Lot, propose une échappée à vélo le long de la deuxième plus longue rivière de France.

En savoir + : francevelotourisme.com/itineraire/la-vallee-du-lot-a-velo

Entre Aveyron et Lozère, elle traverse villages perchés, paysages de moyenne montagne et sites patrimoniaux remarquables. Cette itinérance accessible permet de composer son parcours librement, entre étapes courtes ou longues, au fil des envies et des découvertes.

Autre manière de voyager : le Train de l'Aubrac. Cette ligne historique reliant le Massif Central à la Méditerranée traverse certains des paysages les plus préservés d'Europe. Le Train de l'Aubrac propose d'enrichir cette expérience ferroviaire en redonnant du sens aux haltes et aux gares, grâce à une approche sensible du territoire. Le voyage devient alors une immersion lente, où le trajet lui-même fait partie de la découverte, entre sons, paysages et points d'arrêt à explorer.

En savoir + : parc-naturel-aubrac.fr/en-action/mobilites-durables/locobrac

INSPIRATION 3

Au lac de Bonnecombe, une escapade en duo à VTC électrique offre une micro-aventure accessible et pleine de charme sur les routes de l'Aubrac. Sans se soucier des dénivelés, profitez ensemble des paysages sauvages, des lacs paisibles, des burons typiques et des panoramas à couper le souffle. Une parenthèse nature et romantique, où l'assistance électrique laisse toute la place au plaisir de rouler tranquille et de savourer chaque instant.

Une sortie idéale pour les amoureux en quête d'évasion, de nature et de liberté. Location à l'Office de Tourisme de Saint-Germain-du-Teil.

En savoir + : loc-velo-lozere.fr



Le lac du Moulinet propose des initiations à la pêche au leurre en float tube encadrées par un guide professionnel. Destinées notamment aux jeunes, ces sessions permettent de découvrir les techniques de pêche et d'apprendre à cibler des espèces locales comme la perche, le brochet ou la truite arc-en-ciel. Une approche ludique et pédagogique qui combine apprentissage, immersion et respect du milieu naturel, dans des cadres préservés et accessibles.

En savoir + : guidenaturelozere.sitew.fr



focus agenda

Le territoire se vit aussi dans l'effort et la découverte. En avril, la Trans Aubrac relie vallée du Lot et plateau dans un trail emblématique mêlant sport et patrimoine. En juin, le Grand Parcours rassemble randonneurs et vététistes pour une journée festive au cœur de l'Aubrac, entre musique, terroir et grands espaces.



NATURE GOURMANDE ET SAVOIR-FAIRE D'EXCEPTION

Sur l'Aubrac, la gastronomie s'enracine dans un territoire vivant où traditions pastorales, flore sauvage et créations contemporaines composent une identité culinaire singulière. Fromages, viandes, plantes aromatiques, spiritueux et cuisine d'auteur racontent un paysage façonné par l'altitude, les saisons et des savoir-faire transmis de génération en génération.



INSPIRATION 1

L'Aubrac s'appuie sur des productions emblématiques qui structurent son identité gastronomique. **La tome fraîche de l'Aubrac IGP** constitue la base du Laguiole AOP et l'ingrédient essentiel de recettes emblématiques comme l'aligot ou la truffade. Ce fromage frais au lait cru et entier, non salé et filant, est reconnu par une Indication Géographique Protégée depuis 2023.

En savoir + : jeune-montagne-aubrac.fr

Autre pilier du terroir, **le Bœuf Fermier Aubrac Label Rouge** incarne une filière structurée depuis 1999, regroupant plus de 500 éleveurs. Issu de bovins de race pure Aubrac élevés en moyenne montagne, il garantit une alimentation naturelle avec un pâturage d'au moins quatre mois par an. La filière privilégie un circuit court maîtrisé, de l'éleveur au point de vente, assurant qualité et traçabilité.

INSPIRATION 2

Perché à plus de 1 300 mètres, **le Buron de la Treille** perpétue un savoir-faire fromager unique. Dernier buron encore en activité, il associe gestes ancestraux et production contemporaine pour élaborer le Laguiole Buron AOP, affiné sur place dans une cave voûtée. Les visiteurs y découvrent les étapes de fabrication et dégustent tomes, beurres et fromages au lait cru issus des pâturages d'altitude. La Petite Laiterie prolonge cette tradition avec des productions bio et locales.

En savoir + : laiterie-de-laubrac.fr



Plus discret mais tout aussi emblématique, **le Thé d'Aubrac**, ou calament à grandes fleurs, pousse à plus de 1 000 mètres sur les terres volcaniques du plateau. Cette plante sauvage, au parfum subtil et puissant, incarne l'âme végétale du territoire et offre aux randonneurs une expérience sensorielle unique au cœur des hêtraies.

En savoir + : lagrangeauthe.com



La Gentiane jaune, surnommée « l'or de l'Aubrac », complète ce patrimoine naturel. Récoltée à la main par les « gençanaires », elle est reconnue depuis l'Antiquité pour ses vertus digestives et son amertume caractéristique. Utilisée en liqueur ou en cuisine, elle symbolise une tradition ancestrale où nature, patience et savoir-faire se conjuguent.

En savoir + : fleur-aubrac.fr



Chez Alavostra

Le territoire accueille également des productions plus confidentielles mais ancrées dans son histoire. **Les vignobles AOP d'Entraygues-le-Fel et d'Estaing**, parmi les plus petits de France, perpétuent une tradition ancienne de commerce entre vallée du Lot et plateau. Enfin, la truite d'Estaing, élevée dans les eaux pures de la Coussane, témoigne d'un savoir-faire piscicole artisanal fondé sur la qualité et le respect du cycle naturel.

En savoir + : terresdaveyron.fr



Pépites de l'Aubrac

INSPIRATION 3

La gastronomie de l'Aubrac se nourrit aussi de créations contemporaines et d'un dialogue constant avec son environnement. **Chez Alavostra**, le frêne devient la base de la frénette, boisson pétillante artisanale inspirée d'un savoir-faire ancien revisité. Une approche inventive qui illustre la capacité du territoire à transformer ses ressources naturelles en produits singuliers.

En savoir + : alavostra.com



focus agenda

Toute l'année, les balades botaniques de **Loz'Herbes** invitent à découvrir les plantes sauvages de l'Aubrac, de la Margeride et des Cévennes, entre savoirs populaires et anecdotes culturelles. En parallèle, les **Pépites de l'Aubrac** valorisent la pomme de terre locale pour sublimer l'aligot et les recettes du terroir à travers ce groupement de producteurs engagés.

Haute Gastronomie

Sur l'Aubrac, la haute gastronomie dialogue étroitement avec le territoire. À **Aumont-Aubrac**, **Cyril Attrazic**, chef deux étoiles Michelin, sublime produits locaux et micro-productions dans une cuisine audacieuse.

En savoir + : cyrilattrazic.fr

À **Chaudes-Aigues**, le **château du Couffour** et la **maison Vieira** accueillent l'expérience d'**Aurélien Gransagne** où précision, légèreté et expression du terroir composent une cuisine d'émotion. Une table doublement étoilée au Guide Michelin.

En savoir + : sergevieira.com



À Laguiole, la cuisine de **Michel et Sébastien Bras** s'inscrit dans cette lecture sensible du paysage. Le célèbre « **Gargouillou de jeunes légumes** » traduit la diversité des pâturages de l'Aubrac à travers une composition évolutive, devenue une référence de la haute gastronomie française.

En savoir + : bras.fr

TERRE D'ART ET D'INSPIRATION

Entre patrimoine et création contemporaine, l'Aubrac cultive une énergie artistique singulière. Châteaux, villages d'artisans, festivals, street art, cinéma en plein air ou lieux culturels hybrides façonnent un territoire vivant, où l'histoire inspire sans cesse de nouvelles formes d'expression.



INSPIRATION 1



Le dragon Blaise

Dans le Carladez, les sentiers de l'imaginaire invitent à des balades ludiques et accessibles à tous, pensées particulièrement pour les enfants. Sculptures, cabanes, personnages nichés dans les arbres et figures fantastiques comme le dragon Blaise jalonnent ces parcours où l'art se mêle au paysage et à la nature.

Sur les chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle (GR®65), le projet « Fenêtre sur le paysage » transforme le parcours en galerie à ciel ouvert. Depuis 2018, des œuvres-refuges ponctuent l'itinéraire, imaginées comme des abris poétiques pour les pèlerins.

À Golinac, la Chambre d'Or d'Abraham Poincheval ou encore à Saint-Pierre-de-Bessuéjols, sous les lauzes de Manuelle Gautrand, illustrent cette rencontre entre architecture contemporaine et paysage.

En savoir + : derrierelehublot.fr
tourisme-en-aubrac.com



Château d'Estaing



INSPIRATION 2

Le château d'Estaing veille sur la vallée du Lot et raconte, à travers ses pierres, plusieurs siècles d'histoire locale et nationale. Ancienne demeure de comtes, puis couvent religieux avant d'être restauré à l'époque contemporaine, il demeure l'un des emblèmes patrimoniaux de l'Aveyron.

En savoir + : chateaudestaing.org



Château de La Baume

Le territoire révèle un patrimoine architectural et historique remarquable à travers ses châteaux et sites antiques. Perché à 1 200 mètres, le château de la Baume, surnommé le « Petit Versailles du Gévaudan », mêle influences françaises et italiennes dans un décor habité depuis le XVII^e siècle.

En savoir + : chateaudelabaume.org



La Chambre d'Or



À Chaudes-Aigues, le CLAC (Chaudes-Aigues Laboratoire Artistique Contemporain) investit la chapelle des Pénitents avec des expositions d'art contemporain d'envergure nationale et internationale, complétées par des installations monumentales en extérieur. Dans le même esprit, une fresque de street art signée Dan23 illustre la vitalité artistique locale autour de l'eau et du thermalisme.

Enfin, à Sainte-Eulalie-d'Olt, classé parmi les Plus Beaux Villages de France®, les ateliers d'artisans rythment les ruelles : céramistes, verriers, relieurs ou sculpteurs ouvrent leurs portes au public, notamment en été lors de démonstrations vivantes.

En savoir + : pays-saint-flour.fr
causses-aubrac-tourisme.com



Sainte-Eulalie-d'Olt



INSPIRATION 3

La création contemporaine s'exprime ici sous des formes multiples et accessibles. Le territoire est devenu un décor privilégié pour le cinéma et la création audiovisuelle, accueillant clips, séries et longs métrages récents, confirmant son attractivité visuelle et narrative.

À Marvejols, le Marveloz'Pop Festival revisite l'univers pop des années 50 à 70 dans une programmation mêlant musique, danse, cinéma, arts visuels, théâtre et performance artistique, transformant la ville en scène artistique à ciel ouvert.

Rendez-vous le week-end du 14 juillet.

En savoir + : marveloz.fr



focus agenda

Le festival Phot'Aubrac se déroule la 3^e semaine de septembre. Ce rendez-vous incontournable de la photographie réunit des photographes d'ici et d'ailleurs, amateurs comme professionnels. Conférences et expositions investissent les places, les villages et les étables.

En savoir + : photaubrac.com

Silence on tourne

Avec ses paysages mystiques et préservés, l'Aubrac séduit de plus en plus les réalisateurs. Prairies infinies, forêts profondes, lacs et villages composent des décors uniques. Le territoire a récemment accueilli de nombreux tournages : du clip d'Indochine à la série L'Éclipse, ou encore les films Compostelle de Yann Samuell, Meurtre à Laguiole et 37°2 le matin. Un territoire également propice aux tournages publicitaires comme documentaires.



LE GRAND TERRAIN DE DÉCOUVERTE DES FAMILLES

Entre plateaux d'altitude, forêts profondes, lacs et villages de caractère, l'Aubrac devient un véritable terrain de jeux grandeur nature. Activités de plein air, rencontres avec les animaux, jeux de piste, visites de châteaux animés ou parcs naturels composent un terrain de découvertes accessible à tous, où nature et loisirs se conjuguent au quotidien.

INSPIRATION 1

Sur les hauts plateaux de l'Aubrac, les expériences en pleine nature offrent des moments intenses à vivre en famille. Avec les accompagnateurs en montagne, des ambassadeurs passionnés, saisissez toutes les subtilités de l'Aubrac : géologie, biodiversité, agropastoralisme, patrimoine... Des hommes engagés reconnus par la marque « Valeur Parc naturel régional ». Des instants de partage avec les gens d'ici.

En savoir + : tourisme-en-aubrac.com
lahautdehors.com

Le parc des Loups du Gévaudan permet une rencontre impressionnante avec plus de 70 loups répartis en meutes. Le site sensibilise à la biodiversité et à la place du loup dans l'écosystème. Pour prolonger l'expérience, les « tanières » offrent la possibilité de dormir face aux loups, dans des hébergements insolites en bordure d'enclos.

En savoir + : loupsdugevaudan.com



Les stations de l'Aubrac sont idéales pour l'apprentissage de la glisse, du ski, de la luge, des raquettes et se tournent aujourd'hui vers des activités au fil des saisons.

En savoir + : tourisme-en-aubrac.com



INSPIRATION 2

Le lac du Moulinet constitue l'un des grands sites de loisirs familiaux de la destination. En été, il devient un véritable espace ludique avec structures gonflables, paddle et pédalos. Facilement accessible et parfait pour les balades, il est le spot préféré des pêcheurs et des photographes. Le tour du lac est un sentier aménagé de 2,5 km, en partie accessible aux personnes à mobilité réduite.

En savoir + : aquaparc dumoulinet.fr

Dans un décor forestier, le lac des Picades complète ces escapades nature. Pêche à la truite, espaces ombragés, aires de pique-nique et sentiers de promenade sur les berges permettent de profiter d'une journée accessible et ressourçante, au plus près de la nature.

À plus de 1 300 mètres d'altitude, l'étang de Bonnecombe complète cette offre avec une approche plus calme et naturelle.

Au col de Bonnecombe, l'étang de pêche offre une halte paisible au cœur de l'Aubrac. Dans un environnement d'altitude ouvert et silencieux, il invite à la détente et à la contemplation, au rythme de la nature.

En savoir + : aubrac-gorgesdutarn.com



INSPIRATION 3

Les châteaux deviennent aussi des lieux d'expériences interactives pour toute la famille.

Le château de Valon propose visites costumées, chasses aux œufs, animations d'Halloween et visites contées pour enfants, dans un décor médiéval surplombant les gorges de la Truyère.

En savoir + : chateauvalon.com



Château de Valon

Calmont d'Olt plonge les visiteurs au cœur du Moyen Âge avec démonstrations de trébuchet, tir à l'arc, parcours du chevalier et scènes de vie quotidienne. Les chantiers de bénévoles participent à la restauration du site, rendant la découverte encore plus vivante et authentique.

En savoir + : chateaucalmont.org



Château de Calmont d'Olt

Univers immersifs

Le géocaching propose toute l'année une chasse au trésor à travers les villages de Saint-Germain-du-Teil, La Canourgue, Chanac, Le Massegros et Les Vignes.

Munis d'un plan récupéré à l'Office de Tourisme, les participants partent à la recherche d'indices cachés dans les ruelles et paysages. Chaque étape permet de reconstituer un mot mystère en occitan. Une fois le code trouvé, la récompense est remise à l'accueil. Une activité gratuite et ludique, idéale pour découvrir le patrimoine local en famille tout en s'amusant.

À Chaudes-Aigues, « Le Monde de Géothermia » complète cette expérience immersive. Guidés par smartphone, les joueurs suivent une enquête interactive mêlant histoire, légendes et énigmes. Chaque étape révèle un nouveau pan du patrimoine de cette ville d'eaux dans une approche ludique et connectée, transformant la découverte en véritable aventure familiale.

En savoir + : aubrac-gorgesdutarn.com
pays-saint-flour.fr



CONTACTS

Agence Attractivité et Développement d'Occitanie (AD'OCC)

presse@agence-adocc.com

Agence Départementale de l'Attractivité et du Tourisme de l'Aveyron

Audrey CARLES

presse@aveyron-attractivite.fr

Agence de Promotion et de Développement du Tourisme Cantal Destination

Christophe CLERMONT

cclermont@cantal-destination.com

Comité Départemental du Tourisme de la Lozère

Lucie GUILLOT

l.guillot@lozere-tourisme.com

Parc Naturel Régional de l'Aubrac

Mylène GRAS

mylene.gras@parc-naturel-aubrac.fr

AVEYRON

Office de Tourisme en Aubrac

Séverine DIJOLS-VALENQ

direction@tourismeenaubrac.com

Office de Tourisme des Causses à l'Aubrac

Aurélien MOLLARD

direction@causses-aubrac-tourisme.com

Office de Tourisme Terres d'Aveyron

Séverine BEAUCHAMP

communication@terresdaveyron.fr

CANTAL

Office de Tourisme des Pays de Saint-Flour

Chloé DERDAELE

promotion@pays-saint-flour.fr

LOZÈRE

Office de Tourisme de l'Aubrac aux Gorges du Tarn

Alexandre ROUZIER

alex@aubrac-gorgesdutarn.com

Office de Tourisme Aubrac Lozérien

Xavier MASSIP

direction@aubrac-lozere.com

Office de Tourisme du Commerce et de la Culture Gévaudan Destination

Nathalie BONNAL

direction@gevaudan-authentique.com

Office de Tourisme Margeride en Gévaudan

Julie MAZET

j.mazet@margeride-en-gevaudan.com

Les Dissidents - 09/26 - Crédits photos : © B. Colomb Lozère Sauvage pour PACT Aubrac, © B. Colomb Lozère Sauvage pour Tourisme en Aubrac, © OT Tourisme en Aubrac, © EDF, © Couvent de Malet, © S. Beauchamp - OT Terres d'Aveyron, © L. Combettes - OT Terres d'Aveyron, © Nicomphoto - OT Terres d'Aveyron, © J. Audigier pour Tourisme Aveyron, © J. Damase - SMBL, © K. Guez - Derrière le Hublot, © M. Subervie - Calmont d'Olt, © C. Palis et JP. Trébosc pour Maison Bras, © André Mervilles pour Tourisme en Aubrac, © G. Alric - Aveyron Attractivité Tourisme, © Pierre Soissons - EDF, © M. Niels - Caleden, © H. Vidal - OTLPSF, © OTLPSF, © La Rosée du Matin, © OT Aubrac Lozérien, © Musée de Javols, © Château de la Baume, © La Chaldette, © MarvelozPopFestival, © Thibaut Vergoz, © Guilaïne Astruc.