

## Renseignements pratiques

---

Pour changer des euros en doumes,  
il faut d'abord **adhérer à l'association.**

Deux sortes d'adhésion possible:

→ **temporaire** (jusqu'à deux mois) au tarif de **2 euros**

→ **annuelle, au tarif libre** (5 euros minimum)

**Votre carte d'adhésion** vous donne le droit de faire  
**du change dans les comptoirs de la doume.**

Le plus proche de l'Office de Tourisme est

**la boutique *Naturellement***, rue Tranchée des Gras.

**Le taux de change : 1 doume = 1 euro.**

Pour **en savoir plus** sur notre monnaie locale  
et les buts qu'elle poursuit, consultez **nos sites** Internet :

→ le fonctionnement de la monnaie : **[www.doume.org](http://www.doume.org)**

→ la vie de l'association porteuse : **[www.adml63.org](http://www.adml63.org)**



*La réglementation veut que, une fois  
échangées, vos doumes ne puissent plus  
être reconverties en euros.*

*Tous nos «prestataires doume» acceptent la doume et l'euro.*

**Boutiques  
du réseau  
de la doume  
à  
Clermont centre**

→ *Consultez le plan joint*

## ① - Artisan du Monde

Spécialiste du **commerce équitable**. Chez *Artisan du Monde*, vous trouverez votre bonheur entre alimentaire, textile, décoration, jouet, artisanat, bijoux etc... vous aurez le choix.

**14 rue de la Boucherie**

*Horaires : du lundi au samedi de 10h à 19h - Ouvert tout l'été.*

## ② - Bières le Plan B

Rendez-vous à la boutique des Bières du plan B pour y découvrir toute la gamme de bières et pour vous rafraîchir le palais. Et venez **visiter la fabrique** chaque samedi à 17 h pour une visite commentée et gratuite.

**32 Avenue de la Libération**

*Horaires : mardi à vendredi de 18h à 19h et le Samedi de 16h30 à 19h  
Fermé du 15 au 19 Août.*

## ③ - Café-Lecture les Augustes

Savourez le plaisir de vous retrouver autour d'un verre pour l'apéro ou pour vous reposer et lire au Café-Lecture les Augustes.

Programme d'animations gratuites et sans réservation tous les jours.

**5 rue Sous les Augustins**

*Horaires : du lundi au samedi de 11h à 23h - Fermé du 24 juillet au 28 août.*

## ④ - Chôm' Actif

**A midi**, venez **manger à petit prix mais BIO et LOCAL** au restaurant de Chôm'actif. Réserver avant 11h00 au 04 73 92 14 04 .

**33 Rue de Vertaizon**

*Fermé le samedi et dimanche et tout le mois d'Août.*

Tél : 04 73 92 14 04

## ⑤ - Cinéma le Rio

Le Cinéma le Rio est un **cinéma indépendant d'art et d'essai**.

178 rue Sous les Vignes, Montferrand

Arrêt de tramway proche

*Fermé du 28 juillet au 24 août.*

## ②4 - Wakan Théâtre

Fervents de spectacles, allez voir **Nos 4 Fantastiques**, pièce conçue par le Wakan Théâtre pour les hauteurs de notre magnifique sommet du Puy-de-Dôme.

**Au sommet du Puy-de-Dôme**, les 14 et 28 juillet et les 11 et 25 août à 19h00.

Durée de la pièce : 55 mn

Contact organisateur : TC DÔME 0826 399 615

[www.panoramiquedesdomes.fr](http://www.panoramiquedesdomes.fr)

Et plus loin dans l'agglomération, vous pouvez vous rendre à :

▪ **Coiffure L'Hair Naturel - Coiffeuse**

12 rue du bosquet - Chamalières - 04 73 37 70 93

▪ **Jean-Marc Fassiotti – Kine - Ostéopathe**

29 Bd Berthelot - Chamalières - 04 73 31 00 94

▪ **Librairie" Les Raconteurs d'Histoires"**

16 Avenue des Thermes - Chamalières

▪ **JeRecycle Parc - Ressourcerie**

25 rue de Chateaudun - Clermont-Ferrand, quartier de la gare.

▪ **De Page en pages – Service de secrétariat – Photocopie**

18 av de Grevenmacher - Aubière

▪ **L'Art Délices – Restaurant – Produits bio et locaux**

place de la Libération - Aubière - 04 73 14 84 03

**Vous trouverez toutes les références de ces professionnels  
et au-delà de Clermont, tous ceux du département sur notre site :**

**[www.doume.org](http://www.doume.org)**

## ⑳ ▪ Myrtille Café-Restaurant

À Clermont-Ferrand, on pense à tout le monde, même aux **végétariens et aux végétariens**.

Venez vous régaler chez Myrtille, café-restaurant bio, local et végétarien.

**4 Petite rue Saint-Pierre**

Horaires : *du mardi au samedi de 10h00 à 18h00*

*Fermé les deux dernières semaines de juillet*

## ㉑ ▪ Naturellement

Pour le shopping, *Naturellement* est là pour vous servir. Boutique spécialisée en **vêtements et chaussures écologiques** (hommes, femmes et enfants).

Issus du **commerce équitable**. Soyez Naturellement vous-même !

**2 rue Tranchée des Gras - [www.boutiquenaturellement.com](http://www.boutiquenaturellement.com)**

Horaires : *le mardi, vendredi, samedi de 10h à 18h30 et le mercredi et le jeudi de 10h00 à 12h30 et de 14h30 à 18h30*

*Fermé du 14 au 21 août. Tél : 04.73.24.51.99*

## ㉒ ▪ Pizzarium

Il est l'heure du repas ou du dîner et vous avez envie d'une **bonne pizza**, mais conçue à partir de **produits bio et locaux** ?

Le Pizzarium de Clermont-Ferrand vous fera goûter aux véritables pizzas traditionnelles. Large choix de pizzas et de salades composées.

**19 rue de l'Ange**

Horaires : *lundi, mardi, mercredi de 18h30 à 22h et le jeudi, vendredi, samedi de 12h00 à 14h00 et de 18h30 à 22h30 - Tél : 04 73 42 98 69*

**Ouvert tout l'été.**

## ㉓ ▪ SCULT, Salon de Coiffure

Envie d'une nouvelle **coiffure, coupe, couleur** Mesdames ?

Et vous Messieurs envie de vous faire tailler **la barbe** ?

SCULT, Salon de coiffure saura combler vos désirs et rendre vos cheveux irrésistibles grâce à ses **produits sains et ses huiles essentielles**.

**18 rue Massillon**

Horaires : *10h00 à 19h00 du mardi au samedi*

**Ouvert tout l'été.**

## ⑥ ▪ Clermont-Délice

Pour vos petits ou grands délices, Clermont-Délice vous propose un large choix **d'épicerie fine, de produits locaux, maraîchage de produits de saison**.

**22 rue des Gras**

Horaires : **du lundi au samedi de 9h00 à 17h00**

**Ouvert tout l'été.**

## ⑦ ▪ Fromagerie Nivesse

**Les fromages d'Auvergne ne sont bons qu'en Auvergne !**

Chez Nivesse, qui sélectionne les meilleurs depuis de longues années, venez les déguster avec un verre de vin tiré de leur cave

**23 place Saint-Pierre -**

Horaires : *mardi au vendredi de 9h à 19h, samedi de 8h à 19h*

**Ouvert tout l'été. Tél : 04 73 310 700**

## ⑧ ▪ Guy Lalière, Ethnobotaniste

Pour découvrir les plantes de la région et leur utilisation, consultez le site internet de Guy Lalière et contactez-le pour vous inscrire à une journée ou à un séjour *Découverte et utilisation des plantes sauvages comestibles et médicinales* : [guy.lalier@gmail.com](mailto:guy.lalier@gmail.com) - Tél : 06 22 86 60 35

**[www.guylalier.com](http://www.guylalier.com)**

## ⑨ ▪ Herbula

Ce commerce d'épices, plantes sèches pour infusions, cosmétiques et compléments alimentaires s'inspire des méthodes ayurvédiques (médecine traditionnelle de l'Inde) pour vous proposer le meilleur de la nature.

Retrouvez une large gamme de produits bio et locaux

**4 rue Terrasse**

Horaire : *10h00 à 18h30 du mardi au samedi*

*Fermé du 25 juillet au 07 Août*

## ⑩ ▪ Jamyang 1959

Envie d'évasion ? Jamyang 1959 est un **restaurant tibétain**. Vous découvrirez une cuisine originale, un décor 100 % tibétain et un prix très modeste ! Bon appétit et bon voyage au Tibet.

**61 Boulevard Trudaine**

### ⑪ ▪ Joséphine dépôt-vente

Pour dénicher la pièce unique, belle et intemporelle, entrez chez Joséphine ! Un espace cosy, avec une sélection de vêtements de marque ou de créateurs pour femmes et hommes, vintage ou tendance, ainsi que des bijoux, chaussures, sacs, accessoires....

#### 11 Impasse Perrier

Horaires : du mardi au jeudi de 10h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00, le vendredi et samedi de 11h00 à 13h00 et de 14h00 à 19h00

Fermé du 23 juillet au 17 Août.

### ⑫ ▪ L'Armoire à Cuillères

Si vous êtes gourmand dans l'âme, alors l'Armoire à Cuillères est l'endroit parfait pour vous. **Ce mini-bar à chocolat** vous propose des pâtisseries généreuses, des brunches, du chocolat chaud etc...What else ?!

#### 11 rue des Chaussetiers

Horaires : le mardi de 14h00 à 19h00, mercredi, jeudi, vendredi, samedi de 11h30 à 19h00 et le dimanche de 11h30 à 18h00 sauf le dernier dimanche du mois - **Ouvert tout l'été.**

### ⑬ ▪ L'Atelier du Cordonnier

Le Cordonnier de Montferrand vous conseille et vous propose la solution idéale pour toute **réparation de cordonnerie** exécutée selon des **méthodes traditionnelles** sur place.

#### 40 rue Jules Guesde à Montferrand

Horaires : du lundi au vendredi de 8h00 à 12h00 et de 14h00 à 19h30, et le samedi de 9h00 à 12h00 - Fermé du 15 au 30 août.

### ⑭ ▪ L'Eau Vive

Vous voulez l'assurance de consommer bio ? L' Eau Vive est le lieu où vous devez aller. **Alimentation bio et locale, droguerie et parfumerie...** La vie en bio !

#### 17 rue Fongivière

Horaires : du lundi au samedi de 8h30 à 19h45 -

**Ouvert tout l'été.**

### ⑮ ▪ Les Claies de Saint-Pierre

Vous cherchez un **Saint-Nectaire bien affiné, une fourme de Salers goûteuse, un Bleu onctueux** ? Venez aux Claies de Saint-Pierre, et vous trouverez même **du miel et de la confiture.**

Fromagerie située **au centre de la Halle du Marché Saint-Pierre**

Horaires : du lundi au vendredi de 8h à 19h et le samedi de 7h à 18h

**Ouvert tout l'été.**

### ⑯ ▪ La Poule qui Pond

Vos enfants aiment lire et ont envie d'évasion ? Ils trouveront leur bonheur à La Poule qui Pond, **éditeur de livre pour enfants.**

#### 11 rue des Petits Gras

Horaires : du lundi au vendredi de 9h30 à 17h30 et le samedi de 14h00 à 18h00

**Ouvert tout l'été.**

### ⑰ ▪ Le Chapelier Toqué.

Un bar ouvert à partir de 18 h00 jusque tard dans la nuit, donnant sur la place Saint-Pierre, **avec bières et vins locaux, musique et animations diverses, le bar jeune et sympa par excellence !**

#### 2 Place St Pierre

Horaires : mardi, jeudi, vendredi de 17h00 à 1h00, mercredi de 14h00 à 1h00 et le samedi de 8h00 à 1h00

Fermé les deux premières semaines d'août.

### ⑱ ▪ Le petit Tandoori

Des envies de **manger pakistanais et indien** ? Au restaurant Le petit Tandoori venez vous régaler et découvrir une autre cuisine et des saveurs tranchant avec nos habitudes. **Tout est préparé sur place.**

Viande halal. Terrasse

#### 30 Rue des Petits-Gras

Horaires : du lundi au samedi de 12h00 à 14h00 et de 19h00 à 22h30, et dimanche soir

**Ouvert tout l'été** - Tél : 04 73 16 40 88

### ⑲ ▪ Marché St Joseph

**Rue d'Ambert - Marché du vendredi matin.**

Quatre producteurs y acceptent la doume :

- **Tara cakes** : pains et gâteaux
- **Nathanaël** : maraîchage
- **Gaec de Montmory** : fromages de brebis
- **Archimbaud** : viande (veaux et génisses)