

# Manger demain

LA QUINZAINE DE L'ALIMENTATION EN CAP SIZUN



## PROGRAMME

11 > 27 avril 2025

## ATELIERS

### ATELIER "FAIRE SON GOÛTER MAISON"

Salle polyvalente d'Esquibien  
Pl. du 8 Mai 1945, Audierne

Inscription auprès de l'office de tourisme : 0 809 10 29 10  
Places limitées – Gratuit  
Mardi 15 avril de 15h à 16h30

Atelier parents / enfants ou grands-parents / enfants.  
Par le service prévention déchets de la communauté de communes.

### ATELIER "JE MANGE MES ÉMOTIONS"

Avec Vanessa Guillou  
Espace France service  
17, rue Lamartine, Audierne

Inscription auprès de Vanessa Guillou par téléphone au  
06 49 53 68 58 ou par mail : diet@vanessaguillou.fr  
Places limitées – Gratuit  
Vendredi 18 avril de 14h30 à 16h30

Comprendre comment nos émotions influent notre  
comportement alimentaire et apprendre à mieux gérer ces  
situations. Par Vanessa Guillou, diététicienne nutritionniste.

### ATELIER ACCORDS METS & SPIRITUEUX

Distillerie Les voiles Cap Sizun  
267, Ty Névez, Beuzec-Cap-Sizun

Inscription auprès de l'office de tourisme : 0 809 10 29 10  
Places limitées, réservé aux plus de 18 ans – Gratuit  
Samedi 19 avril à 11h, 16h30 et 18h

Dégustation de spiritueux de la distillerie Les voiles Cap Sizun,  
accompagnés de bouchées préparées par le restaurant Chez  
Le Du.

### ATELIER RETOUR DE MARCHÉ

Avec Côte Waste  
Devant la mairie d'Audierne  
12, quai Jean Jaurès, Audierne

Inscription auprès de l'office de tourisme : 0 809 10 29 10  
Places limitées – Gratuit  
Samedi 19 avril de 10h30 à 12h30

Courses sur le marché d'Audierne et atelier cuisine locale, anti-  
gaspi et à moindre coût avec Claire Cariou de l'association  
Côte Waste.



### ATELIER CUEILLETTE & CUISINE DE PLANTES SAUVAGES

Avec L'Arpente  
Salle polyvalente de Goulien  
3 route de Kerjean, Goulien



Inscription auprès de l'office de tourisme : 0 809 10 29 10  
Places limitées – Gratuit  
Samedi 19 avril de 14h30 à 17h

Un atelier pour reconnaître, cueillir et utiliser les plantes  
sauvages, comestibles de nos chemins avec une herboriste de  
L'Arpente.

### ATELIER CUISINE ET REPAS PARTAGÉ

Avec Juvica  
Salle polyvalente de Confort-Meilars  
245, rue de Croas Vad, Confort-Meilars

Inscription auprès de l'office de tourisme : 0 809 10 29 10  
Places limitées – Gratuit  
Mercredi 23 avril de 10h à 13h

Cuisine de printemps à base de produits locaux, astuces anti-  
gaspi, avec Juvica traiteuse et cheffe à domicile.

## VISITES



### VISITES DE FERMES

Les Bergers du Cap  
95 Kerleac'h, Beuzec-Cap-Sizun

Inscription auprès de l'office de tourisme : 0 809 10 29 10  
Places limitées – Gratuit  
Mercredi 16 avril de 10h à 12h  
Dimanche 20 avril de 15h à 17h  
Dimanche 27 avril de 15h à 17h

Elevage de brebis et transformation en yaourts et fromages.  
Dégustation des produits à l'issue de la visite.

La Vallée des Saules  
3 lieu-dit Trohalu, Goulien

Inscription auprès de l'office de tourisme : 0 809 10 29 10  
Nombre de places limitées – Gratuit  
Mercredi 16 avril de 16h à 17h30

Visite d'une ferme laitière bio et possibilité d'assister à la traite.  
Dégustation prévue.

## VISITE DE MOULIN

Moulin de Keriolet  
Pointe du Millier, Beuzec-Cap-Sizun

Entrée libre – Gratuit  
Jeudi 17 avril de 14h à 17h

Visite du moulin et atelier confection de pain par l'association Cap sur les moulins.

## VISITES PAR L'ÉPICERIE LE SAFRAN

Inscription auprès de l'épicerie Bio Le Safran (02.98.70.40.91)  
Place de la République - Pont-Croix  
Places limitées – Gratuit  
Covoiturage possible au départ de l'épicerie

Brasserie La Pinte du Raz  
Toulbroen, Pont-Croix

Mardi 15 avril de 10h à 12h

Microbrasserie du Cap-Sizun proposant des bières bio, bretonnes et artisanale réalisées avec un maximum de produits locaux.

La bergerie de Manue  
Kerlan, Tréogat

Mardi 15 avril de 14h à 16h

Élevage bio de brebis et transformation (en agriculture biologique).

La chèvrerie de Plogoff  
Pennéac'h, Plogoff

Mardi 22 avril de 10h à 12h

Élevage bio de chèvres et transformation (en agriculture biologique).

La ferme Ty Tropik  
Kerivoa, Plomeur

Mardi 22 avril de 14h à 16h

Producteur d'agrumes, fruits et légumes exotiques, aromates et épices, légumes rustiques (en agriculture biologique).



## VISITE DE LA CRIÉE

Port de Poulgoazec  
Plouhinec

Inscription auprès de l'office de tourisme : 0 809 10 29 10  
Places limitées – Gratuit  
Mercredi 23 avril de 14h à 16h30

Visite de la criée de Poulgoazec, rencontre avec les pêcheurs et atelier cuisine.



## EXPOSITION PHOTOS



## EXPOSITION SUR LA PETITE PÊCHE FINISTÉRIENNE

Exposition photos sur la petite pêche finistérienne : "cette série est une tentative de regard vers ces hommes et femmes qui participent quotidiennement dans le Finistère, premier département en termes de marins pêcheurs, à un littoral vivant et à notre souveraineté alimentaire". Images de Céline Diaïs, photographe et chargée de projet Pêche locale pour l'association Pleine Mer.



Médiathèque René Quillivic  
Rue des Écoles, Plouhinec

Entrée libre sur les horaires d'ouverture – Gratuit  
Du samedi 12 au jeudi 17 avril

+ animation autour de l'exposition par l'association  
Pleine Mer le jeudi 17 avril de 14h30 à 15h30

Tout public - Inscription par téléphone (02 98 70 80 87) ou à l'accueil de la médiathèque

Céline Diaïs, photographe, évoquera à la fois l'univers de la pêche et expliquera ses choix techniques, tout en faisant découvrir des appareils photos vintage.

## Médiathèque Jeanne Nabert

1, place du 8 Mai 1945, Pont-Croix

Entrée libre sur les horaires d'ouverture – Gratuit  
Du vendredi 18 au mercredi 23 avril

**+ animation autour de l'exposition par l'association  
Pleine Mer le vendredi 18 avril de 17h à 18h**

Inscription par mail (mediatheque@pont-croix.fr), par  
téléphone (02 98 70 45 53) ou à l'accueil de la  
médiathèque

Céline Diais, photographe, évoquera à la fois l'univers de  
la pêche et expliquera ses choix techniques, tout en faisant  
découvrir des appareils photos vintage.

## Mairie annexe d'Esquibien

3, rue Surcouf, Audierne

Entrée libre sur les horaires d'ouverture – Gratuit  
Jeudi 24 et vendredi 25 avril

## Goulien : exposition répartie sur 3 sites

Bibliothèque de Goulien - place de l'ancienne école  
Salle polyvalente de Goulien - 3, route de Kerjean  
Le Daiquiri - 2, route du Croissant, Goulien

Entrée libre sur les horaires d'ouverture – Gratuit  
Samedi 26 et dimanche 27 avril

## AUTRES ANIMATIONS

## DÉGUSTATIONS DE PRODUITS LOCAUX

Épicerie Le Safran  
7, Place de la République, Pont-Croix

Entrée libre – Gratuit

Jeudi 17 avril de 10h à 12h

Yaourts et crèmes végétales Bio Nomad Yo (La Feuillée – 29)  
et recette de mousse au chocolat à base de crémeux de riz.

Jeudi 24 avril de 10h à 12h

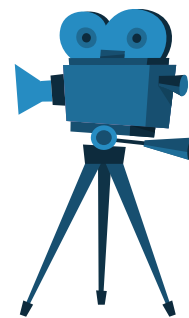
Algues et tartares d'algues de BEGOOD ALG (Plozévet – 29)  
Récoltants et transformateurs d'algues en Pays Bigouden.

## CINÉ/DÉBAT

La Théorie du Boxeur

Cinéma Le Goyen  
13, rue Louis Pasteur, Audierne

Entrée libre – Gratuit  
Vendredi 25 avril à 18h



En suivant des fermes drômoises en agriculture bio et  
conventionnelle pendant deux ans, Nathanael Coste réalise  
l'impact fort du changement climatique sur l'agriculture,  
ainsi que des pistes d'adaptations rencontrées sur le terrain.  
Échanges avec des intervenants locaux à la suite de la  
projection du film.

## ÉCHANGES AUTOUR DU PROJET DE LIVRE "QU'EST CE QU'ON MANGE ?"

Médiathèque René Quillivic  
Rue des Écoles, Plouhinec

Entrée libre – Gratuit  
Mardi 15 avril de 16h30 à 17h30

Lecture commentée du projet de livre "Qu'est ce qu'on mange  
?", un témoignage des producteurs du Cap Sizun, en présence  
de l'équipe du livre

Épicerie Le Safran  
7, Place de la République, Pont-Croix

Entrée libre – Gratuit  
Mardi 15 avril à 19h

Discussion autour de l'alimentation à partir du projet de livre  
"Qu'est ce qu'on mange ?", un témoignage des producteurs du  
Cap Sizun, en présence de l'équipe du livre.

Retrouvez le programme sur le site  
[www.cap-sizun.bzh](http://www.cap-sizun.bzh)



Ne pas jeter sur la voie publique. Imprimé par la communauté de communes Cap Sizun – Pointe du Raz.

