

# amzer



9  
—  
SEP  
20  
19

Landévennec • Camaret-sur-Mer • Argol • Le Faou • Telgruc-sur-Mer  
Lanvéoc • Rosnoën • Pont-de-Buis-lès-Quimerch • Roscanvel • Crozon



# ARMOR GÉNIE

Thermique & Frigorifique

## Créateur de confort

Installateur conseil - Thermique - Electrique - Frigorifique

Profitez de la prime coup de pouce  
de 3500 € ou 5500 €

pour le remplacement de votre chaudière fioul  
par une pompe à chaleur



Pompes à chaleur thermodynamique



Climatisation réversible - Aérothermie



Froid commercial & industriel



Systèmes de chauffages économiques



Traitement de l'air - Ventilation - VMC



Chauffage de piscine - Déshumidification



Electricité générale - Système d'éclairage

**Installations neuves - Rénovations  
SAV - Dépannages - Contrats d'entretien**

**ETUDE - DEVIS**



12, rue de Poulpatré  
29160 Crozon



Tél. 02 98 17 39 61 - [contact@armor-genie.fr](mailto:contact@armor-genie.fr)  
[www.armor-genie.fr](http://www.armor-genie.fr)

Ouvert du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30

Découvrez

## LA BRASSERIE DU BOUT DU MONDE

Nos bières, notre philosophie, notre magasin...

[www.terenez.bzh](http://www.terenez.bzh)



Magasin ouvert vendredi et samedi de 14h30 à 19h

Visite de la brasserie en septembre sur réservation  
pour les groupes de 12 à 15 personnes : [visite@terenez.bzh](mailto:visite@terenez.bzh)



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération

## PRAT PNEUS



Vente de véhicules neufs  
tourisme et utilitaire jusqu'à -35%

Location véhicules  
à partir de 6 €/jour - 30 centimes/km

Vente de pneumatiques  
Dépollution moteur  
Mécanique toutes marques  
garantie constructeurs préservée

Ouvert du mardi au samedi 9h-12h / 14h-19h

02 98 27 12 51

Route de Châteaulin - Crozon

# ÉDITO

## Histoire de titres

**L**a petite sonneuse de cloches sourit, ravie de Dévorer le ciel et d'écouter Le cœur battant du monde, en admirant La mer à l'envers. Elle connaît Le nom secret des choses cachées sur L'île du dernier homme, L'île introuvable protégée par Les veilleurs de Sangomar. Elle écrit, en Lettres de pluie, le Journal d'un amour perdu, Les yeux rouges d'Une fille sans histoire, à l'Âme brisée. Elle raconte comment, un Soir de fête, Le guérisseur des lumières a envoyé, d'un Coup de vent, Un soleil en exil, Loin, sur Le continent de la douceur où Les mangeurs d'argile guérissent les Méchantes blessures ; La grande escapade de cette Boule de foudre durant Cent millions d'années et un jour, La valse sans fin, L'éternel printemps. Et puis la petite fille s'endort en demandant à La panthère des neiges : Pourquoi tu danses quand tu marches ?

Quelques titres parmi tant d'autres nouveautés pour vous écrire un conte et vous souhaiter une belle rentrée !

## SOMMAIRE

- 3 - Édito & Sommaire**
- 4•5 - Zoom**  
Chants d'origine
- 6•7 - Rendez-vous**  
Une année à l'Ulamir
- 8•9•10 - Aux Voyageurs**  
Sur la route...
- 12 - Les bidouilles**  
de RrZWrg
- 14•15 - Dans la cuisine de Kevin (bis)**
- 16•17 - Marie Cultive**  
Les potions du jardin
- 18 - Coup de cœur**  
Livre
- 20•21 - À mots contés**  
Medley
- 22 - À mots contés**  
Souvenir
- 22 - Camembert**  
Une vie satisfaisante
- 24 - Amzer à l'envers**  
Petites annonces
- 25 / 26 - Amzer à l'envers**  
Le carnet des festivités

Directrice de la publication et de la rédaction :  
Violaine Andrieux • violaine@amzer.bzh

Photographies : Erwan Andrieux • erwan@amzer.bzh  
Publicité & partenariats : Charlotte Cany  
charlotte@amzer.bzh • 06 63 80 23 83

Impression : Cloître Landeneau • papier 100% pefc et encres végétales  
Édité à 7000 exemplaires par la SARL les Éditions des p'Ty Papiers  
7, rue de Tal ar Groas • 29160 Lanvéoc • 06 31 41 49 25  
Ne pas abandonner sur la voie publique

Dépôt légal : à parution • N° ISSN : 2649-8618  
Amzer décline toutes responsabilités concernant les erreurs typographiques  
Toute reproduction, même partielle, est strictement interdite

48°12'12"N, 4°31'41"W

# Chants d'origine

**I**l existe des événements qui, de par leur présence douce, régulière et familière donnent l'impression d'être éternels ; le festival « Verbe Sacré », porté par la plume feutrée et la vision d'Antoine Juliens, célèbre cette année sa dixième édition.

L'homme vient de loin. Un loin relatif puisqu'il est originaire de la capitale de la Gaume, du Luxembourg belge. Il se forme successivement aux arts plastiques à l'école Saint-Luc de Bruxelles puis au métier d'acteur et metteur en scène à l'Institut des Arts de Diffusion avant de mettre le cap sur Louvain-la-Neuve pour peaufiner son talent au Centre d'Études Théâtrales. En 1991, il fonde, avec la comédienne Isabelle Maudet, la compagnie Teatr'Opera, avec le désir de promouvoir la création théâtrale pluridisciplinaire. Une carrière fructueuse s'ensuit, partout en Europe et au-delà de nos occidentales frontières.

En Presqu'île, tout a commencé lorsque Antoine Juliens participait au festival de théâtre Louis Jouvet initié par Christian le Breton, en 1993. Et même si ses pas l'ont maintes fois mené en Bretagne, il faut attendre 2010 pour qu'il se voie confier la création et la direction artistique de « Verbe Sacré ». Le succès est

immédiat et en l'espace de quelques éditions, l'événement fait partie des instants culturels où le plaisir et l'exigence fascinent et attirent un public d'avertis, de curieux, d'amoureux de la parole et, de plus en plus, de quiconque veut se laisser porter par une nuit merveilleuse et spectaculaire dans les ruines de l'ancienne abbaye.

Il y a, toujours, une rencontre entre un texte sacré et un texte profane, comme pour créer une mythologie nouvelle, un appel à l'universalité du spirituel qui, au-delà du religieux, fait un écho humain, comme le ricochet lancé au miroir de l'étang disperse des ronds dans l'eau bien longtemps après que le galet a sombré sous la surface ... Il y a là une nécessité à faire exister dans notre joli coin de carte postale ce travail sur l'oralité, cette proposition artistique unique, singulière.

Cette année, si Verbe Sacré a lieu, c'est à la grâce d'actes bienfaiteurs, de bonnes volontés et aussi de soutiens parmi les gens d'ici. Alors, même si Teatr'Opera a perdu certains de ses soutiens financiers, l'événement aura bien lieu, cette année encore. Et quelle dixième édition !

## Le Jour des Oiseaux

Un conte éco-philo-logique, une rédemption symbolique, un pont entre les origines et maintenant, l'exil et l'édén, une synchronicité entre l'Occident et l'Orient : La Genèse, Olivier Messiaen et le Cantique des Oiseaux de Farîd od-dîn'Attâr. Inspiré entre autres



© Alain Marie - Santa - 2015



© Alain Marie

sources par la traduction d'Henri Meschonnec pour la Genèse, les notes ornithologiques de Messiaen et enfin, l'envol du parfumeur, le guide des âmes, le poète persan du XII<sup>e</sup> siècle Attâr.

Il y a une candeur indéniable, une joie primordiale qui jalonne le récit de ce Jour des Oiseaux. C'est un voyage. Celui de ces volatiles babilards et bavards qui partent à la recherche de la Vérité, comme chacun·e d'entre nous cherche un jour son jardin clos, son Eden, la Paix. À la manière d'un *Mistère*, l'histoire nous convie à une quête initiatique et pleine d'humour qui fait de ces Oiseaux autant d'allégories de nos terrestres humanités.

Chez Attâr, brûlés par le désir de trouver leur Roi, tous les Oiseaux du monde se réunissent. Guidés par la Huppe, messagère de Salomon, ils décident de s'envoler vers Sa Majesté Simorgh, l'oiseau théophane, qui vit au sommet du mythique mont Qâf. La Huppe connaît le long et difficile voyage, elle en sait les dangers et les épreuves. Il faudra traverser les sept vallées successives du Désir, de l'Amour, de la Connaissance, de la Plénitude, de l'Unité, de la Perplexité, du Dénouement et de l'Anéantissement, pour parvenir enfin jusqu'au trône royal.

Mais les Oiseaux hésitent à prendre leur envol. Alors, par le biais du même procédé qui permit à Shahrazade d'infléchir, après mille nuits, la volonté meurtrière du Sultan, la Huppe conte à chacun une histoire de sagesse qui les invite à abandonner leurs



© Antoine Juliens



biens, leurs amours, leurs certitudes, à renoncer à eux-mêmes pour entreprendre le voyage.

Car au bout du chemin, ce trajet de soi à soi, il y a le verger. À l'extrême du périple, ce dénuement, il y a le miroir tendu. Un reflet de notre simple humanité. Cette fragilité, cette impermanence au cœur d'une nature sur laquelle nous ne régnons pas mais dont chacun·e d'entre nous est un atome, une quantité infinitésimale d'amour qui permet au grand Tout, tant de beauté, de tenir en place ... Un retour heureux au Jardin des débuts, comme si le sens de la vie n'était en fait qu'une direction, un sourire, une joyeuse balade pour garder les yeux, les bras et le cœur ouverts.

**Alors pour embarquer à tire-d'aile dans l'aventure de ce « Jour des Oiseaux », rendez-vous les 12, 13 et 14 septembre à 20h45, sur le site de l'ancienne abbaye de Landévennec. Et aussi, la Table Ronde « Dans le souffle des oiseaux, la voix de la Genèse » à l'auditorium de la nouvelle abbaye Saint-Guénolé, le 14 septembre à 15h, en présence de Christian Roblin, Jean-Michel Grimaud, Serge Kergoat, Marie-Josette le Han, Ivon Travnouez et Antoine Juliens.**

Renseignements & Réservations :

[violaine.andrieux@gmail.com](mailto:violaine.andrieux@gmail.com) - tél. 06 31 41 49 25  
[musee.landevennec@orange.fr](mailto:musee.landevennec@orange.fr) - tél. 02 98 27 35 90

Malik Slimane

# Une année à l'Ulamar

**L**'Ulamar est le centre social intercommunal de la Presqu'île de Crozon et de l'Aulne Maritime. Il a pour objectifs de renforcer le lien social sur le territoire et de soutenir parents et familles. Tout au long de l'année, il propose des activités pour petits et grands, adaptées aux besoins et aux attentes des habitants.

Voici la liste non exhaustive de ce que l'équipe a concocté pour cette nouvelle saison qui débute :

## Pour les familles

**Babigoù** - tous les mardis matin, un moment privilégié pour les futurs parents, les parents ou grands-parents d'enfants de 0 à 3 ans. Un moyen de sociabiliser les enfants avant l'entrée à l'école et, pour les accompagnants, de discuter et d'échanger autour de la parentalité.

**Petites roulettes** - vélo, draisienne, trottinette, rollers skate, venez rouler à la salle Nominöe de Crozon. Et si vous avez oublié casques ou roulettes, du matériel est mis à disposition. Pas besoin de réserver, pas d'engagement à l'année, juste une adhésion à l'Ulamar ! Jeudi et vendredi entre 17h15 et 18h45, hors vacances scolaires.

**Sorties familiales, belles échappées et long séjour** - des sorties proposées pour et par les familles. L'occasion de rencontrer de nouveaux habitants et de passer un bon



© Yann Dorée

moment. Rendez-vous le 21 septembre de 10h à 12h30 pour établir le programme de l'année.

**Sorties culturelles** - un partenariat avec le Quartz, Jour de Fête et les Amis de la Musique, proposant un large panel de spectacles, de la danse à la musique en passant par le cirque et le théâtre, à des tarifs défiant toute concurrence. Mini-bus ou covoiturage possible.

**Jardins partagés** - sur Lanvéoc, Ker Pous'À Tous regroupe les amateurs du potager des dix communes qui s'entraident, se conseillent et cultivent tous les mercredis après-midi et le premier samedi du mois. Au besoin, un bénévole peut passer chercher ceux qui ne peuvent pas se déplacer. L'Incroyable Jardin de Crozon est un lieu de partage, un jardin pédagogique qui accueillera prochainement, en plus des particuliers intéressés, certaines écoles, les résidents des EHPAD...

## Pour les jeunes

**Accompagnement à la scolarité** - ce soutien est proposé sur les communes d'Argol, Camaret, Crozon, Lanvéoc et Roscanvel. L'Ulamar étudie la possibilité d'ouvrir un groupe sur Telgruc en fonction des inscriptions. Un temps pour les collégiens, destiné à la réalisation des devoirs et à la discussion.

**Listing et formation Baby-Sitting** - un listing pour tout savoir sur la garde d'enfants ponctuelle. Une formation, à partir de 16 ans, est prévue le 15 février 2020 à la Maison pour Tous de Tal ar Groas.

**Les activités pour les enfants Arts Plastiques Cratout** - dessiner, peindre, construire..., le mercredi à Crozon et le samedi à Telgruc.

**Couture** - pour découvrir le B. A. Ba du fil et de l'aiguille, le mercredi à Crozon.  
**Théâtre** - un espace d'expression et d'improvisation, le mercredi à Lanvéoc.

#### **Pour les grands**

**Parent'aise** - le café des parents - divers thèmes abordés autour de la parentalité. Un temps pour les parents, avec un lieu d'accueil pour les enfants.

**Ateliers Tricot/Crochet** le mardi à Telgruc.

**Randonnées pédestres** - les lundi, mardi et jeudi avec différents niveaux de difficultés, encadrées par un guide bénévole.

**Randonnée photo** - le vendredi matin, en fonction de la météo.

**Yoga** - à Crozon, le mercredi soir, et le jeudi après-midi à Camaret.

**Ateliers couture adulte** - le lundi après-midi à Crozon et le jeudi matin à Telgruc.



**Atelier espagnol** - à Crozon le lundi et le samedi matin pour débutants et confirmés.

**Vendredi du jeu** - dans l'après-midi à la Maison du Temps libre, un moment pour discuter, partager, jouer, goûter et lutter contre l'isolement.

Le centre social propose aussi des tickets à prix réduit pour la piscine de Morgat et pour certaines séances de cinéma. Pour financer une partie des activités, l'Ulamir organise diverses manifestations. Toutes les personnes motivées sont les bienvenues pour renforcer les équipes organisatrices !

*Le centre social vous accueille du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h - fermé le lundi après-midi. Jusqu'au 14 décembre, également tous les samedis de 10h à 12h hors vacances scolaires • Résidence du Cré à Crozon • 02 98 27 01 68 • contact@ulamir.fr • www.ulamir-centre-social-presquile.fr • facebook : ulamir presquîle crozon*



# Les Embruns

## Crêperie - Glacier

Ouvert tous les jours sauf le mardi  
à partir de 12h et à partir de 19h le soir

Venez découvrir notre exposition d'oeuvres d'artistes locaux

Quai Toudouze - 29570 Camaret-sur-Mer - 02 98 27 90 39

## Sur la route...



**Trois voyages, dix roues, deux pouces et cette même envie de rencontres, de partage et aussi celle de faire bouger les choses, chacun à sa manière.**

### Le voyage musical de Gustus et Mélo

« Deux doux dingues, les pieds bien ancrés sur Terre et la tête dans les étoiles.

Le message est fort, le verbe est haut, la poésie et la tendresse débordent. »

6 mois, 6000 kilomètres, 60 concerts, tel est le défi un peu « barré » que se sont lancés Gustus et Mélo, deux amis musiciens originaires de Rhône-Alpes. Une tournée à travers la France, la Suisse et la Belgique tout en minimisant leur impact environnemental.

À la manière des menestrels d'autrefois, ils transportent leurs histoires sur les routes, confortablement installés sur leur vélo couché à trois roues. En tractant à la force des mollets tout leur matériel, les deux artistes lancent un appel à ralentir dans leur démarche résolument tournée vers la rencontre et le local. Imprégné de leur périple, le spectacle mêle chanson française, rap/slam, guitare et poésie, sans oublier humour, gastronomie et franche camaraderie. Un voyage bien préparé, plus de cent soixante kilos répartis entre les deux remorques, deux sponsors qui soutiennent le projet - HP Velotechnik pour les vélos et Bakkie pour les sacoches de transport des guitares - et un itinéraire tracé en fonction des dates programmées dans

des salles de spectacles, des cafés, des théâtres, des fermes ou pourquoi pas dans le salon de votre oncle Hector.

De Lyon à Brest, en passant par Genève et Vieussan, les deux musiciens nomades vivent une palette de moments et de lieux très différents. Ils égrènent leurs notes et leurs mots le long des routes et des chemins, racontant, au son de leurs guitares, un peu de leur histoire et de leurs rêves. Début août, après trois mois d'efforts, de dénivelés, de soleil, de pluie, une bonne quinzaine de crevaison, trente-neuf concerts et plus de 3400 kilomètres parcourus, les deux musiciens choisissent de s'arrêter quelques jours à l'extrême ouest du pays. Un repos bien mérité, histoire de profiter de la beauté du paysage avant de se remettre en selle pour faire route vers le grand Est et poursuivre leur grande aventure cyclomusicale.

Les deux artistes commencent déjà à préparer leur prochaine tournée, prévue pour le printemps 2020. Un voyage en train et à vélos, une ode aux mobilités douces à travers l'hexagone avec, espérons-le, une ou deux étapes dans notre bout du monde.



## Les rêves ambulants de Justine et Ben

Quand Justine, fraîchement sortie d'un DUT en animation sociale et socioculturelle, rencontre Ben, musicien touche à tout et passionné, se dessine alors un voyage d'été, sac à dos, guitare en bandoulière et pouce levé, accompagné d'un spectacle mêlant musique et rêves.

Partis fin juillet d'Avignon, Ben et Justine se sont donné un mois pour parcourir la France en auto-stop et faire voyager les rêves qu'on veut bien leur confier. Une idée qui a germé au cours d'un projet réalisé dans le cadre des études de Justine : la création d'une hétérotopie, un lieu autre, une Cabane à rêver éphémère où chacun pouvait s'inventer un monde en écoutant les rêves des autres. Elle emporte donc son micro en vacances et se charge de récolter les rêves des automobilistes qui ont la gentillesse de s'arrêter. Ben imagine alors la construction d'un morceau avec une pédale de loop\*, entrecoupé de rêves et d'extraits d'un texte intitulé « La beauté sauvera le monde » écrit par l'une des professeurs de Justine. Guitare, percus et maracas se mêlent ainsi aux rêves et à la douce voix de Justine. Un résultat surprenant, innovant et envoûtant, qui vous transporte au-delà de vos propres pensées. Un spectacle musical voué à évoluer au gré des rêves des conducteurs et des idées du musicien.

Et si on demande à nos deux voyageurs de nous



conter leur rêve, l'une répond tout simplement de faire la même chose à une plus grande échelle, et l'autre de parcourir le monde à vélo, pour faire circuler la musique en pédalant et créer du lien à travers les sons et les vibrations. Utiliser ce langage universel connu de tous les peuples pour découvrir l'autre et s'enrichir de rencontres.

« [...] Bien sûr que si, la beauté peut sauver le monde. Et ce sera le triomphe du temps. Parce que c'est bien connu, le temps, c'est plus que de l'argent. On aura le temps de se réjouir que ceux qu'on aime existent, de jouer, de lire, de marcher,

de faire du sport, de la musique, de dessiner, de créer, de respirer, oui, déjà de respirer. On bannira tous nos voleurs de temps, à commencer par ces fils sociaux qui seront vides. On prendra le temps de rêver justement, parce que c'est toujours par un rêve que l'humanité a avancé. Et partout, partout, un vers de poésie comptera autant qu'un chiffre invérifiable mis à toutes les sauces. [...] ]

[...] Oui, la beauté sauvera le monde. Parce qu'on n'aura plus peur d'être libre, on sera donc responsable et on assumera [...] »

*Extrait de « La beauté sauvera le monde » texte écrit par Émilie Fort-Ortet - professeur de Lettres Modernes à l'IUT Bordeaux Montaigne.*

\*Une pédale de loop ou Looper est un boîtier permettant d'enregistrer successivement plusieurs pistes sonores, de les superposer au fur et à mesure de leur création et de les jouer en boucles.

## Le voyage de noce d'Amélie et Valentin

Après s'être dit Oui en juillet 2018, Amélie et Valentin sont partis pour un voyage de noces peu commun : passer un peu plus d'un an à vélo à la découverte du monde agricole. Quatorze mois pour trouver leur voie, choisir leur avenir et commencer à le construire le long des routes de France.

9000 km du sud au nord et d'est en ouest, sans itinéraire, en se laissant guider par le hasard et les rencontres. alors qu'ils étaient attirés au départ par le maraîchage et la transformation des légumes, leur projet se redessine au fil des jours qui passent et leur attirance pour le pain et sa diversité devient une évidence. Visites de fournil, échanges avec des paysans boulanger et des fabricants de moulins, conférences sur les variétés de blé anciennes, leur envie se précise : aller du grain au pain. La vie étant souvent bien faite, ils apprennent au cours de leur voyage que la boulangerie du village natal d'Amélie cherche un repreneur. Ils se positionnent sans hésiter et leur dossier est accepté. Il ne reste plus à Amélie qu'à passer son CAP de boulangère, indispensable pour pouvoir s'installer. Elle potasse la partie théorique en chemin et effectuera les stages nécessaires une fois rentrée, entre octobre et mars, afin d'être prête pour l'examen prévu en mai. La boulangerie disponible étant couplée à une épicerie, ils s'intéressent également à ces commerces de proximité qui font l'âme d'un village, découvrent différents systèmes de fonctionnement, réfléchissent à comment

valoriser les productions locales, mettre en avant le Bio, tout en proposant un choix de produits convenant aux plus nombreux.

Leur périple les sensibilise également à beaucoup d'autres sujets car, chaque soir, pour trouver un hébergement, ils frappent à la porte des maisons qu'ils croisent et demandent un petit bout de terrain où planter leur tente. Les refus sont rares et l'accueil toujours convivial. Un sourire, un café, un dîner, un lit, une douche ou l'ombre d'un pommier, chaque rencontre est unique. Ils s'enrichissent de cette diversité humaine, apprennent à prendre les personnes qu'ils croisent telles qu'elles sont, à écouter, à partager et à profiter de ce que la vie leur offre. Chaque jour leur donne l'impression d'en vivre trois ou plus, entre les paysages qui défilent à grands coups de pédales, les pauses déjeuner, les visites des fermes, les partages d'expériences et les soirées chez l'habitant.

Pour ne rien oublier, Amélie se charge de consigner l'histoire de leur périple dans un journal de bord.

Ils notent consciencieusement dans un petit carnet les lieux où ils ont dormi, la météo et les dépenses du jour. Et, pour garder une trace symbolique de chaque rencontre, ils font signer leur nappe de mariage par ceux qui les hébergent.

Un voyage pour construire leur projet et se construire eux-mêmes, avant de rentrer au pays heureux, plein de rêves, d'envies et de projets à partager.





- Kayak de mer
- Randonnée pédestre
- Vélos à assistance électrique
- Canyoning côtier

### Activités de pleine nature

Presqu'île de Crozon - Aulne Maritime - Porzay

dizolonature@gmail.com

[www.dizolo-nature.fr](http://www.dizolo-nature.fr)

[dizolonature](#)

[dizolo.nature](#)



**Breiz'île**  
LES ARRANGÉS DU RHUM

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération

# AutRement

CONSEIL EN IMAGE • COIFFURE  
ESTHÉTIQUE • COLORISTE VÉGÉTAL

Du nouveau pour vos ongles !  
vernis semi-permanent  
& gel



Sublimez votre bronzage  
pour le prolonger  
**GOMMAGE & MASSAGE**  
49 €



6, rue Alsace-Lorraine - Crozon  
02 98 23 52 21

**Tous les mois, une rubrique pour changer ses habitudes, recycler, récupérer, bidouiller, économiser, partager et avant tout, bien s'amuser !**

### La bidouille fonctionnelle

Souvent, je croise des anciens me racontant avec le sourire qu'à l'époque ils s'accompagnaient de leur sac à pain en tissu pour se rendre à la boulangerie. L'histoire semble en finir là, j'en crée ainsi une suite. Après extraction du pétrole, raffinage, séparation des différents constituants, chauffage, craquage, transformation des molécules, des billes ou paillettes de plastique prennent vie. La formidable épopée du plastique peut commencer. Promis, je fais court : fondu, gonflé, refroidi, bobiné, re-refroidi, tendu, imprimé, séché, façonné, contrôlé, conditionné, expédié, distribué, mis en rayon, rempli de tomates ou prérempli de madeleines individuelles, déchiré, jeté, il est alors récolté par les éboueurs. Puis il poursuit sa route, expédié soit chez Messire Incinérateur, soit chez Lord Recycleur. Dans ce dernier cas, l'histoire se répète... à la différence qu'on y ajoute l'extraction d'étiquettes ou de métal, le tri des différents plastiques, les tris manuels, lavage, rinçage, essorage,

contrôle, pailletage et c'est reparti... mon kiki. C'est alors qu'il était une fois, l'incroyable innovation du bioplastique ou de l'emballage papier. Finalement, la conception est la même, à la différence qu'on remplacera une partie de l'extraction du pétrole par la magnifique mégaculture de maïs ou de pomme de terre ou encore la cueillette des arbres...

*Moralité 1 :* non, les petits sacs d'emballage dans nos cabas ne sont pas gratuits.

*Moralité 2 :* fouillage de nos placards, découpage en petits carrés, couture. Point. Deux heures d'huile de coude à bidouiller éviteront un gaspillage d'énergie considérable... et qu'on se le dise, notre salade ne nous en voudra pas si le tissu est moche !



### La bidouille jeu

Découvrez le Cache-cache express. Quelqu'un compte jusqu'à 5. Ce qui ne donne que cinq secondes pour se cacher. Derrière une pâquerette, une telline, un autre joueur, peu importe le ridicule. Dès qu'un premier joueur est vu, go ! C'est à lui de compter illico et les autres de changer de « cachette ». Un jeu rapide et hilarant !

### Le challenge du mois

Je resterai, pour ce mois-ci, centrée sur le sujet de l'emballage et vous propose d'acheter votre pain... sans son sac !

**N'hésitez pas à partager vos témoignages et les photos de vos bidouilles sur [www.amzer.bzh](http://www.amzer.bzh)**

Charlotte Cany

Un sac par Jour ou Un sac pour TouJours??



Soyons m0dernes,  
Ne sort0ns plus sAns Nos saCs.

RrZWrg

made in Crozon, made in récup', made in débrouille  
[rrzwrgcharlottecany.wordpress.com](http://rrzwrgcharlottecany.wordpress.com)

STEPHANE

CALIFORNIA t4 MULTIVAN

06 67 05 64 00

Achat - Vente  
Réparation  
VW T4

ZA de Pencran - 29560 Telgruc

## Les Voyageurs CAFÉ ASSOCIATIF

OUVERTURES (HORS CONCERTS ET ANIMATIONS)

- MARDI DE 17H32 À 21H12 •  
LES PANIERS DE L'AMAP À PARTIR DE 18H02
- JEUDI DE 17H32 À 21H12 •
- VENDREDI DE 17H32 À 21H12 •  
SESSION DE MUSIQUE TRADITIONNELLE  
1<sup>ER</sup> ET 3<sup>ER</sup> VENDREDI DE CHAQUE MOIS



7, rue de Tal-ar-Groas • Lanvéoc  
06 31 41 49 25 • [lesvoyageurs.lecafe@gmail.com](mailto:lesvoyageurs.lecafe@gmail.com)  
<http://www.cafedesvoyageurs.wordpress.com>

Les Voyageurs cafe\_les\_voyageurs

DU 6 SEPTEMBRE AU 25 OCTOBRE

• PROMENADE SILENCIEUSE •  
EXPOSITION DE PHOTOGRAPHIES

par Tugdual Andrieux

Vernissage le 6 septembre  
à 18h32  
en musique

VENDREDI 13 SEPTEMBRE

- 19H32 - CONFÉRENCE •  
LES POTIONS AU JARDIN  
avec Marie Cultive  
[www.mariecultive.com](http://www.mariecultive.com)

# Kevin (bis)

**A**près nous avoir fait goûter les délicieux gnocchis à la Bocchino de Mamie Rosa au mois de juin, Kevin Guermeur nous emmène au Cambodge déguster un Amok.

Découvert lors d'un séjour à moto dans le sud-est de l'Asie, le Amok est un plat traditionnel cambodgien décliné de mille et une manières. Un peu comme un curry indien, chaque cuisinier y apporte sa petite touche personnelle et on le trouve aussi bien sur l'étal d'un coin de rue, pour 1,50 \$, que dans un restaurant chic. Après en avoir testé plus d'une cinquantaine, Kevin a réussi à en percer presque tous les secrets et nous propose aujourd'hui une version fusion de sa recette, un savant mélange de produits de chez nous et d'ingrédients beaucoup plus exotiques.

## Les ingrédients pour 6 personnes

- 3 oignons
- 7 carottes
- 1 piment frais
- 1 grosse tomate ou 4 petites + 1 petite tomate (pour la sauce)
- 400 ml de lait de coco
- 1 pouce de gingembre
- 5 gousses d'ail
- 1 gousse de vanille
- 2 cuillères à soupe de sucre
- 2 pêches
- 3 citrons
- 1 feuille de laurier

2 poignées de langoustines  
800 g de lieu jaune  
Trois verres de riz thaï  
Sel / poivre / huile / vinaigre

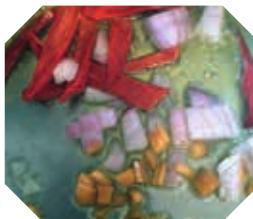
## Le court-bouillon de langoustines

Faites revenir dans un peu d'huile, un demi-oignon et une demi-carotte coupés en dés avec le piment en lanières. Ajoutez les langoustines, arrosez d'un verre d'eau, couvrez et laissez cuire une dizaine de minutes jusqu'à ce que les langoustines soient cuites. Retirez les crustacés de la casserole, laissez-les refroidir un peu avant de les éplucher. Réservez la chair. Remettez les têtes et les carcasses dans la casserole, ajoutez une poignée de tomates concassées, la feuille de laurier et deux tasses d'eau.

Couvrez et faites chauffer l'ensemble 15 minutes avant de l'écraser dans une passoire ou un chinois. Faites ensuite réduire la bisque une dizaine de minutes.

## Le Amok

Dans une grande cocotte, faites sauter le gingembre, l'ail et les queues de langoustines émincées avec un peu d'huile. Ajoutez les oignons émincés et faites-les revenir avant de déglacer avec deux cuillères à soupe de vinaigre et d'ajouter les tagliatelles de carottes réalisées avec un économie. Baissez le feu, ajoutez la bisque, le reste de la tomate mixée et assaisonnez à votre convenance. Laissez cuire entre dix et quinze minutes. Ajoutez le lait de coco et le poisson coupé en gros dés et prolongez la cuisson une petite dizaine de minutes. Retirez du feu dès que le poisson est cuit et ajoutez le jus des citrons au moment de servir.



### **La sauce sucrée/salée**

Faites confire les zestes de deux citrons émincés dans une tasse d'eau avec le sucre, la vanille. Laissez réduire à feu moyen une vingtaine de minutes, en ajoutant le vinaigre à mi-cuisson. Placez ensuite dans le bol de votre mixer les zestes de citrons égouttés, la petite tomate coupée, les pêches épluchées et coupées, une cuillère à café de curry, un peu d'oignon, du sel et du poivre. Mixez le tout et ajustez l'assaisonnement.

### **Le riz**

Lavez-le trois fois avant de le placer dans une casserole et de le couvrir d'eau froide à hauteur d'une phalange. Après ébullition, couvrez et baissez le feu au minimum. Coupez le feu au bout de 10 minutes et laissez infuser 10 minutes supplémentaires.



### **Les alternatives**

Selon vos goûts et votre budget, vous pouvez remplacer les langoustines par des crevettes, dans ce cas, ne réalisez pas l'étape court-bouillon et remplacez la bisque par un peu d'eau ou de bouillon de poisson. Émincez les crevettes après les avoir décortiquées et ajoutez les à l'ail et au gingembre. Vous pouvez aussi choisir un autre poisson à chair ferme. Si vous trouvez de la coriandre fraîche, n'hésitez surtout

pas à l'ajouter, hachée, juste au moment de servir. Pour la sauce, vous pouvez remplacer les pêches par de la mangue ou tout autre fruit de votre choix. Vous pouvez également ajouter de la fève Tonka râpée ou du piment doux.

**Un plat facile à réaliser qui épatera vos convives et fera danser leurs papilles.**



Pour prendre rdv, contactez-nous sur notre téléphone !

les voyages sonores  
de Murielle  
06 75 93 76 22

l'ayurvédique  
de Yannick  
06 02 24 57 30

la réflexologie de Julie  
06 85 22 54 31

les massages suédois  
de Patricia  
06 86 88 25 78



30 rue de l'Aviation - 29160 LANVEOC - spaszene@gmail.com - www.spaszene.fr

# Les potions du jardin

**A** chaque nouvelle saison, Marie Cultive vous apporte ses conseils pour vous amuser au jardin ! Cet automne, elle vous parle de potions.

À l'heure des grands débats sur l'arrêt de l'utilisation des herbicides et des pesticides dans nos jardins, l'interdiction d'utiliser ce genre de produits en tant que particulier clôt la discussion depuis ce début d'année. Reste maintenant à trouver des alternatives pour ce qui a été pendant trop longtemps la norme. Je vous propose, à travers cet article, quelques recettes de potions afin de soigner les maux les plus courants du jardin.

On parle là de recettes de macérations, purins, infusions et décoctions, qui permettront d'encourager votre jardin à aller mieux sans pour autant avoir un impact négatif sur l'écosystème, ni même sur notre propre système d'ailleurs.

## La macération

Une préparation à base de plantes réalisée à froid. L'idée générale est de faire macérer (comme son nom l'indique) des plantes dans de l'eau. C'est une méthode simple, économique et facile à réaliser. Pour réaliser une macération, on hache des végétaux afin d'en extraire les principes actifs et on les

mélange dans de l'eau pendant 24h à mi-ombre, à une température d'environ 20°C. Le lendemain, on filtre ce mélange et on le pulvérise sur les plantes infectées ou infestées. Attention, on n'attend pas plus de 48h pour utiliser la macération car elle fermenté passé ce délai. On peut réaliser une macération d'oignon comme insectifuge et fongicide (contre les champignons). On peut également réaliser cette préparation avec des feuilles de raifort comme fongicide et de rhubarbe comme insectifuge. Cette méthode est très utile pour lutter contre la présence ponctuelle de certains ravageurs et de champignons.

## Le purin

Il s'agit d'un extrait fermenté de plantes très concentré. Le mode de réalisation est très similaire à la réalisation d'une macération, la seule différence étant le temps de fermentation, entre 5 et 10 jours selon les végétaux et les conditions météorologiques. Les purins les plus connus sont : le purin d'ortie, dont on extrait les feuilles et les tiges et qui est utilisé comme fertilisant, car il est très riche en azote qui aide à la croissance des plantes. Utilisez l'excédent comme activateur de compost. Le purin de prêle est aussi un incontournable en la matière qui, dilué à 10% (10cl pour dilué dans 1l d'eau), présente des vertus fongicides notamment contre l'oïdium. Cette préparation fermentée est aussi un bon stimulateur pour les jeunes plants au printemps et permet également de lutter contre une chlorose en fer.



## L'infusion

Comme l'infusion que nous nous buvons pour soigner

nos maux du quotidien, nous appliquons le même processus au jardin. L'infusion reste un moyen aux effets limités, mais elle peut être utile pour les débuts d'invasion ou de maladie. Le principe est d'utiliser soit des feuilles sèches, soit des feuilles fraîches que l'on va faire bouillir pendant 10 minutes puis laisser refroidir complètement avant de filtrer et d'utiliser. L'infusion de fleurs de lavande ou de feuilles de menthe est un bon insectifuge. La tanaisie a de bons effets contre les pucerons mais aussi contre le mildiou.

#### La décoction

Un procédé proche de l'infusion, avec une étape préliminaire : le trempage des plantes au préalable. On utilise cette technique pour les plantes trop coriaces pour être



infusées directement. On trempe les tiges et/ou feuilles hachées pendant 48h avant de passer à l'étape de l'infusion. L'absinthe peut être utilisée de cette manière comme insecticide. L'ail présente aussi des vertus fongicides et insectifuges.

**Ces exemples ne constituent pas une liste complète des alternatives aux produits chimiques, mais il est de notre ressort aujourd'hui de trouver des moyens de substitution aux engrains, pesticides et insecticides qui dégradent les conditions dans lesquelles nous vivons.**

Pour en savoir plus sur le sujet, rendez-vous avec Marie Cultive vendredi 13 septembre, au café Les Voyageurs, place de la Mairie, à Lanvœc.

## Animation et coaching jardin pour petits et grands



Marie Carpentier

Tel : 06 80 54 89 81

Mail : mariecultive29@gmail.com

Site : [www.mariecultive.com](http://www.mariecultive.com)

: Marie cultive

: marie\_cultive

## De Nantes au Mont-Saint-Michel – les Côtes bretonnes à pied

Claude Derollepot

Quand on aime on ne compte pas.

Claude Derollepot, écrivain-conférencier et passionné par la Bretagne, illustre bien cette expression fort connue. En 2006, il décide de se lancer dans son « Tro Breizh » à pied, un parcours complet le long des côtes, soit 2450 Km, 218 jours de randonnées et 738 heures de marche, le plus souvent en solitaire.



Un périple extraordinaire, en suivant principalement le GR 34, qui lui a fait découvrir des lieux emblématiques remarquables et une sempiternelle variété dans les sites rencontrés. Appareil photo dans une main et carnet de bord dans l'autre, il a documenté chacune des étapes de son périple. Il a ensuite compilé clichés et notes de voyage dans un ouvrage de 270 pages, illustrées de 70 photos, intitulé « De Nantes au Mont-Saint-Michel – les Côtes bretonnes à pied ».

Cet ouvrage propose une description exhaustive des plages, ports, pointes, anses et baies qui jalonnent le littoral et raconte également de nombreux faits historiques qui se sont déroulés sur les côtes.

Fort du succès recueilli par ce livre, il a entrepris la construction d'un Film-Diaporama dynamique à partir de ses propres photos, non retouchées, et associées à de la musique bretonne. Partout en Bretagne, jusqu'à Vitré, ce film rencontre un gros succès. Il sillonne à présent les routes de Bretagne pour donner des conférences sur le sujet et diffuser son film dans les Universités du Temps Libre de Bretagne, les cinémas d'art et d'essai, les médiathèques, les mairies ou au profit de différentes associations. Il souhaite ainsi, par le truchement de ces conférences gratuites, mieux faire connaître ce véritable joyau qu'est le littoral breton.

Claude Derollepot a également parcouru 131 îles bretonnes à pied, qui font l'objet d'un second recueil, intitulé « À la découverte des îles bretonnes à pied », couplé à une conférence.

Claude Derollepot viendra présenter sa conférence « De Nantes au Mont-Saint-Michel – les Côtes bretonnes à pied » le 13 septembre à la Maison des 3 Métiers, 13, rue Alsace-Lorraine à Crozon à 20h30. La soirée se prolongera par une séance de dédicaces et un pot de l'amitié.

Contact : 02 56 10 67 28 ou [lamaisondes3metiers@gmail.com](mailto:lamaisondes3metiers@gmail.com)



VISEVERSÇA  
GRAPHIC STUDIO

SITE INTERNET MENU ENSEIGNE  
**GRAPHISME SUPPORT IMPRIMÉ**  
**MONTAGE VIDÉO SIGNALÉTIQUE**  
**LOGO BANDEROLE RÉSEAUX SOCIAUX**  
**MARQUAGE VÉHICULE MARQUAGE BATEAU**

Agence de communication  
**À CROZON**



Maxime Roussain  
**06 65 06 37 24**  
[viseversca.studio@gmail.com](mailto:viseversca.studio@gmail.com)

*La relaxation comme bonne résolution pour la rentrée à ENSO !*

**Venez découvrir PSiO®**

**Accélérateur de bien-être ou le nouveau yoga de l'esprit !**



Tantôt dispositif de bien-être et d'apaisement des tensions dues au stress, tantôt outil de développement personnel et d'apprentissage à la méditation ou encore véritable booster de votre esprit au travail grâce aux turbo-siestes régénérantes, le PSiO\* offre une solution innovante, simple et efficace.

\*Dispositif high tech équipé d'un lecteur MP3, il combine de la musique ou de la relaxation, sophrologie ou hypnose par la voix avec la stimulation par la lumière.

**Séance découverte : 25 € / Forfait de 10 séances : 149 €**



**ENSO**

CENTRE THÉRAPEUTIQUE & BIEN-ÊTRE - Rue de la Grève - 29590 Le Faou  
Réservation auprès d'Anita au 06 24 24 79 16

**C**hose promise, chose due, voici certains des textes écrits par des lecteurs tous inspirés des mêmes mots : laine, livre et libellule.

### Songes

C'est l'histoire de Chatouille qui balade sa pelote au fil de ses envies au gré de ses couleurs avec douceur, frotte sa laine angora et rêve... à planer, s'envoler avec sa Féé Frimouille la libellule avec légèreté il rêve de liberté qu'il gribouille dans ses pensées, un livre éveillé.

### Lucie

#### Au mot près

Sur la table, un vieux métier, des aiguilles, de la laine.  
Aux temps anciens, préservés, au musée des anciens métiers, il y a la tisseuse.  
Je m'y retrouve. Argol.

Sur ma table, une feuille, un stylo.  
Au temps présent, une tristesse vagabonde s'étirant, accrochée

aux branches ; ange déchu au plumage ravagé, au ramage déchiré.

Un livre est arrivé, un autre continue. Le tissage suit son fil, d'une pelote sans fin, de laine tantôt rose, tantôt triste. La laine se renouvelle, au fil des saisons.

Texte, je te veux, léger, vif, élancé ; furtif.

Transparent, tu dévoiles le reflet des profondeurs. Eau perpétuelle, insondable. Ciel sur l'eau et voile d'ailes, tu es mon navire, ma coque brinquebalante, fidèle et costaud. Libellule.

Tu es mon fidèle destrier ; un Trésor, un repère étoilé, Orion. Ensemble chevauchons. Cranou. Le vent plane sur les monts d'Arrée.

À la chevauchée des mots, au croisement du nombre 165 et 250, nombre prescripteur d'un élan d'écriture à l'incipit incertain, le temps passe. Amzer.

Saint-Herbot, j'entre en ton chœur serti de bois sculptés, enroulés de quelques guirlandes de laine de bête, comme autant de remèdes. Notre-Dame de la Bonne Nouvelle, je t'offre une lumière forte et fugace. Je cherche un espoir.



J'ouvre le livre des prières. Au hasard de la page 116, alors qu'il ne me reste que 28 mots, moins ceux-là, ce qui fait 21, je lis : « Je garde en moi cette ferme espérance ». Il ne me reste que 7 mots pour te dire, merci de m'avoir...

Choisie, et 1 qui font 257.

### Agnès M.

## À l'ombre de l'Aulne

Ma petite laine à portée de main  
J'ai ouvert ce matin le livre de mai.  
Il annonce le printemps, saison tant aimée  
Mais il fait ce qu'il lui plaît .  
Un souffle de vent frais cueille une pluie de chatons  
Qui se posent doucement sur les poissons.  
La brise légère froisse la surface de la mare  
Et fait frémir les fleurs de nénuphar.  
Deux belles libellules jouent autour des iris jaunes  
Belle journée à l'ombre du grand aulne.

*Sergio*



## Dans tous les sens

Une libellule qui livre de la laine, ça n'existe pas !  
De la laine de libellule pour écrire un livre, ça n'existe pas !  
Un livre sur les libellules en laine, ça n'existe pas !  
Une libellule en laine qui livre un livre de laine sur les libellules ; je vous ai bien eus !

*Julie*

## Imagine

Imagine un instant  
Le tire d'aile  
D'une libellule luisant  
Belle demoiselle  
Volant aux quatre vents  
Des bouts de laine  
Suspendus tendrement  
Aux branches d'un chêne  
À l'ombre de ses feuilles  
Un livre t'attend  
Comme une jolie promesse  
Une trêve  
Le temps se suspend

*Gwen*

## Météo

Durant ce mois d'avril  
mademoiselle Libellule  
trompée par les premiers soleils  
se découvrit de plusieurs fils.  
Elle alla se coincer la bulle  
sur une feuille aux rayons vermeils  
sur son transat improvisé.  
Elle comptait bien découvrir  
l'histoire de son nouveau livre,  
mais par une petite bise chahutée  
d'une petite laine dut se couvrir  
pour protéger ses ailes du givre.  
« En avril ne te découvre pas d'un fil  
en mai fais ce qui te plaît. »  
Vivement mai se dit la libellule  
que je puisse continuer mon livre...

*S.*

# Souvenir

Par ici, non, par là ... c'était où, c'était quand ?

Sentier côtier d'automne et lumière dorée qui frôle les boucles de cheveux surprises en plein vol, parfumées de sel et de bruyère ...

Le **regard** qui traîne longtemps sur une lointaine ligne, un presque sourire qui danse au bord de lèvres dessinées, une sérénité, quelques rides plissent le coin des yeux peints, subtils froncés de joie face au paysage que l'on devine, sans doute, ouvert, marin, horizontal, une plénitude, la main comme une caresse arrêtée en plein vol, sur la peau de ta joue, cette tendresse, toujours ...

Je n'étais pas né, encore ... Quel âge avais-tu alors, Maman ? Une éternité déjà ?

La belle photo retrouvée par **hasard**, en vidant une dernière fois ton **tiroir** ...

Malik Slimane

À vos plumes : **citrouille/frisson/crépuscule** : trois mots pour un texte à inventer et à nous envoyer par mail ou par courrier avant le 17 septembre. Laissez libre cours à votre imagination en moins de 200 mots... Merci à tous ceux qui, chaque mois, nous envoient leurs écrits. Faire un choix est toujours compliqué ! Nous conservons précieusement les textes non publiés et nous leur consacrerons une rubrique très prochainement.

**Camembert ou la vie trépidante d'un mouton solitaire**

*Une vie satisfaisante*

de Charlotte Cany



ici

LOCAL | ARTISANAL | RESPONSABLE



Softshell, laine et autres....  
des matières douces et chaudes

Ouvert mercredi et samedi de 10h à 12h30 et vendredi de 16h à 18h30  
[www.creeici.com](http://www.creeici.com) • 41 rue Alsace-Lorraine • Crozon

**L'Escale Gourmande**  
Crêperie - Restaurant

02 98 26 10 34

12 rue de Reims - 29160 CROZON

Petit bricolage  
Entretien jardin  
Entretien et maintenance

Presqu'île et alentours

Presqu'île  
BRICOLAGE  
JARDINAGE

06 71 93 73 33  
beguin.leny@gmail.com

AMZER  
à l'envers

# ÇA BOUGE À COWORKP!C

créations uniques locales artisanales



25 rue de Reims  
CROZON



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

[contact@coworkpic.fr](mailto:contact@coworkpic.fr)

ouvert toute l'année

Coworkp!c, un espace de travail partagé, alternatif et pétillant avec au rez-de-chaussée une boutique partagée pour les créateurs du coin.

# Le carnet des festivités • septembre 2019

**Les Babigouù** • temps enfants/parents libre et gratuit (sur adhésion au centre social). • tous les mardis (hors vacances scolaires) de 9h30 à 11h30 • **Ulamar**

**Le 10** Accueil de Loisirs • **Tal ar Groas**  
**Le 17** Garderie périscolaire • **Telgruc**  
**Le 24** CDAS • **Crozon**

## Tous les jeudis et vendredis (hors vacances)

**Les petites roulettes** • entre 17h15 et 18h45, salle Nominoë • venez avec vos rollers, skates, vélos, draisiniennes... • **Ulamar** • **Crozon**

**Soirée Tarot : 5, 19 et 27 • Tournoi le 7** • de 20h15 à 23h30 à la salle Polyvalente de la Mairie • rens. 06 65 09 73 35 • **Roskanvel Tarot** • **Roscanvel**

## Jusqu'au 15 SEPT.

**Exposition de peintures d'Anaïs ROUAT** • de 10h à 12h30 et de 16h à 19h sauf le lundi, 13, rue Alsace-Lorraine • **La Maison des 3 Métiers** • **Crozon**

## DIM. 1<sup>er</sup>

**Journée portes ouvertes du Pôle Dance** • à la Maison pour Tous • **Pont-de-Buis-lès-Quimerc'h**

## DIM. 1<sup>er</sup>

**Fête foraine, Pardon et Bénédiction de la Mer** • sur les quais et à la chapelle N.-D. de Rocamadour • **Camaret**

## DIM. 1<sup>er</sup>

**Passage de la course cycliste Bretagne Classic Ouest-France** • vers 13h • **Pont-de-Buis-lès-Quimerc'h**

## VEN. 6

**Carrefour des Associations** • à partir de 16h à la Maison des Associations • **Lanvéoc**

## VEN. 6

**Concours de belote** • à l'Escapade • **Telgruc**

## Du 6 SEPT. au 25 OCT.

**Promenade silencieuse** • exposition de photographies par Tugdual Andrieux • cf p13 • au café les Voyageurs, place de la Mairie • vernissage en musique le 6 à 18h32 • **Lanvéoc**

## SAM. 7

**Carrefour des Associations** • salle St-Ives de 9h à 12h • **Camaret**

## SAM. 7

**Carrefour des Associations** • à la salle Nominoë de 9h30 à 17h30 • **Crozon**

## SAM. 7

**Forum des Associations** • salle Multifonctions de 14h à 17h • **Le Faou**

## SAM. 7

**Forum des Associations** • de 15h à 19h à la salle Multisports • **Telgruc**

## SAM. 7

**Concours solidarité « Les Virages de l'espoir »** • pétanque en doublette • à partir de 14h au terrain de l'Armorique • **Camaret**

## SAM. 7

**Départ Vieilles Voitures** • en matinée à l'Espace F. Mitterrand • **Pont-de-Buis-lès-Quimerc'h**

## SAM. 7

**Fête du Sport** • de 9h à 13h, halle des sports • **Pont-de-Buis-lès-Quimerc'h**

## DIM. 8

**Course colorée** • quai Quélen • **Comité des Fêtes** • **Le Faou**

## DIM. 8

**Coupe du Portzic** • sur le port • **CNR** • **Roscanvel**

## DIM. 8

**3<sup>e</sup> Salon du bien-être et des loisirs créatifs** • entrée : 1 € - tombola incluse • de 10h à 19h à l'Espace Nautique • **Collectif des Associations** • **Lanvéoc**

## DIM. 9

**Pardon de Telgruc**

## JEU. 12

**Conférence** • à partir de 14h à l'Espace F. Mitterrand • **Club Cœur et Santé** • **Pont-de-Buis-lès-Quimerc'h**

## Du 12 au 14 SEPT.

**10<sup>e</sup> édition de Verbe Sacré** • cf p4/5 • à 20h45 à l'ancienne abbaye • 14 sept. à 15h : Table ronde : la voix de la Genèse, à l'abbaye St Guénolé • **Teatr'Opera** • **Landévennec**

**VEN. 13**

**Conférence sur les potions du jardin avec Marie Cultive** • cf p16/17 • à 19h32 au café Les Voyageurs • **Lanvéoc**

**VEN. 13**

**Conférence « De Nantes au Mont-St-Michel – les côtes bretonnes à pied »** • cf p18 • à 20h30, 13, rue Alsace Lorraine • **La Maison des 3 Métiers • Crozon**

**SAM. 14**

**Concours de pétanque • LDG • Roscanvel**

**SAM. 14 et DIM. 15**

**Journées du patrimoine** • contactez les mairies pour connaître le programme de chaque commune

**DIM. 15**

**Ce soir théâtre ou l'horrible plagiat du Songe d'une nuit d'été** • une interprétation libre de la pièce de William Shakespeare • à 17h à l'Espace Nautique • **Breizqu'ile Théâtre • Lanvéoc**

**DIM. 15**

**Foire à la puériculture** • à la salle Multifonctions • **Les Nounous du Faou • Le Faou**

**DIM. 15**

**Pardon de St-Eloi et bénédiction des chevaux** • **Paroisse • Roscanvel**

**DIM. 15**

**Vide-Greniers** • sur le port • **Association des Commerçants • Camaret**

**LUN. 16**

**Commémoration à St-Efflez** • 75<sup>e</sup> anniversaire de la libération de Lanvéoc • à 11h • **Anciens Combattants • Lanvéoc**

**JEU. 19**

**Atelier nutrition et réunion d'informations** • de 13h30 à 17h30 à l'Espace F. Mitterrand • **ASEPT • Pont-de-Buis-lès-Quimerc'h**

**VEN. 20**

**Session de musiques trad'** • venez avec vos instruments • à 18h32 au café Les Voyageurs • **Lanvéoc**

**SAM. 21**

**Temps fort sur les sorties familiales, culturelles et le long**

**séjour** • pour établir le programme de l'année • de 10h à 12h30 à la résidence du Cré • **ULAMIR • Crozon**

**SAM. 21**

**Concours de Pétanque** • Stade du Pontic • **Quimerc'h Animations • Pont-de-Buis-lès-Quimerc'h**

**SAM. 21**

**Cochon grillé** • à la Maison pour Tous de Quimerc'h • **APE des écoles Cornec • Pont-de-Buis-lès-Quimerc'h**

**SAM. 21 et DIM. 22**

**Journées du Patrimoine** • rdv sur [www.lefaou.bzh](http://www.lefaou.bzh) pour connaître le programme • **Le Faou**

**SAM. 21 et DIM. 22**

**Journées du Patrimoine** • au niveau du boulodrome • **Commune • Pont-de-Buis-lès-Quimerc'h**

**DIM. 22**

**Sortie conviviale sur la Côte de Granit Rose** • environ 50 € tout compris : trajet en bus, restaurant et visite • sur réservation au 06 70 94 75 29 • **Comité des fêtes • Rosnoën**

**SAM. 28**

**Concours de pétanque en doublette** • à 14h au terrain de l'Armorique • **Camaret**

**SAM. 28 et DIM. 29**

**Représentations théâtrale « Quel scandale »** • une comédie de Franck Morellon, mise en scène de Julie Coqu • tout public • à l'Espace F. Mitterrand à 20h30 samedi et à 15h dimanche • **Amithéa • Pont-de-Buis-lès-Quimerc'h**

**DIM. 29**

**Virades de l'Espoir** • randonnées et courses pour vaincre la mucoviscidose • à l'Espace Nautique toute la journée • rens., bénévolat, partenariat au 06 15 29 56 44 • **Lanvéoc**

**DIM. 29**

**Vide-greniers** • à la salle Nominoë • **Association de la Jeunesse Crozonnaise • Crozon**

**Du 30 SEPT. Au 6 OCT.**

**Semaine climat et biodiversité** • une semaine dédiée à la transition énergétique et écologique en presqu'île de Crozon et Aulne maritime, à l'intention du grand public et des scolaires • des conférences, des ateliers, des projections... • renseignements auprès de la Comcom

# Petites annonces

■ **À VENDRE** • de particulier à particulier • Maison sur 4 niveaux plein centre de Crozon, proche écoles, Poste, centre médical, commerces... à 2 km des plages de Morgat • 250 m<sup>2</sup> habitables environ avec jardin clos constructible • habitation principale ou plusieurs appartements • local commercial ou profession libérale (100m<sup>2</sup>) • Prix : 210 000 € • Contact : 02 98 27 05 58.



■ **À VENDRE** • bibliothèque en bois exotique de 7 étagères • 1m50 \* 70 cm • prix à débattre  
• Contact : 02 98 27 18 70

■ **À VENDRE** • miroir ovale • cadre en bois blanc • très bon état • 25 € • Contact : 02 98 27 05 58

■ Le collectif N'Ouzon Ket recherche pour ses créations dons de tissus, vêtements, rideaux...  
• Contact : 06 76 16 58 38.

■ Il y a un **essaim d'abeilles** dans votre jardin ? Appeler-moi au 06 50 22 14 59, je viendrai le récupérer !

## Petites annonces réservées aux particuliers et aux associations

Envoyez-nous le texte de votre petite annonce sur papier libre ou par mail avec vos visuels, avant le 12 de chaque mois pour une parution le mois suivant.

**Tarifs** : 3 € : texte seul/parution  
10 € : texte + photo/parution  
Règlement par chèque à l'ordre de AMZER  
7 rue de Tal ar Groas • 29160 Lanvéoc  
violaine@amzer.bzh



## ARTISAN CARRELEUR

Nicolas Autret

**Carrelage - Faïence  
Chape traditionnelle  
Béton ciré**

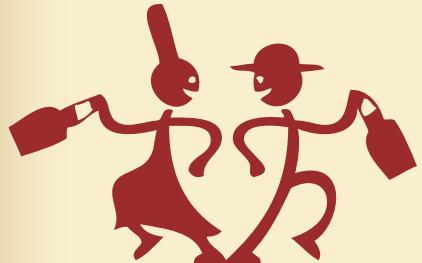
Presqu'île de Crozon

T : 02 98 26 16 59

P : 06 61 65 26 76



# La Ferme de Keralait



Pays Patricia et Boulic Thierry  
Kerbaliou  
29160 CROZON

Tel : 06.60.66.46.12

mail : lafermedekeralait@orange.fr

OUVERT  
TOUTE L'ANNÉE !

mercredi et vendredi 16h -19h  
+ le lundi en juillet et août  
Sur le marché de CROZON le samedi matin

## VENTE DIRECTE de produits laitiers

Lait cru, Lait pasteurisé  
Fromage blanc, Yaourts  
et Crème



**s.o.s 06 28 07 70 87**  
**DDINFORMATIQUE**  
72, RUE ALSACE-LORRAINE - 29160 CROZON

**Lundi au vendredi : 9h à 15h non-stop**  
**Samedi : 9h à 12h**

**sos-ddi29@orange.fr**

**L'informatique au plus près de chez vous !**

- Assistance technique à domicile
- Formation à domicile
- Vente matériels et consommables
  - Photos • fax • photocopies
  - Impressions