

AMZER



24
—
JAN
FEV
20
21

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

LIYOU SPA FINISTERE

Votre spécialiste du Spa en presqu'île

Spas en chêne/ polypas/ balnéo. • Aménagements IN/OUT
Projets 3D sur demande • Mobilier OUTDOOR et déco



Notre SHOWROOM route de Dinan à Crozon
vous accueille de 10h à 12h et de 15h à 18h
fermé dimanche et lundi

7j/7 sur rendez-vous au 06 77 16 87 94



ÉDITO

Lumières...

Que 2021 vous offre des matins qui pétillent, des nuits qui scintillent, des rêves qui rayonnent, des visages qui s'illuminent, des rires qui crépitent, des instants, des échanges, des partages, des surprises, des rencontres éblouissantes...

Une terre qui flamboie, des ciels éclatants, des vents resplendissants, du plus timide au plus tourbillonnant, du sable qui poudroie et l'océan chatoyant.

Que cette année toute neuve fasse un pied de nez étincelant à celle qui vient de se terminer...

Nous profitons de ce premier éditto de l'année pour dire un grand merci à nos fidèles annonceurs pour leur soutien en ces temps compliqués. Plus que jamais, très chers lecteurs, pensez aux artisans, aux commerçants et aux producteurs qui vivent juste à côté. Après octobre et un numéro virtuel pour décembre, voici le numéro de janvier et son grand jeu de début d'année. Rendez-vous au mois de mars !

SOMMAIRE

- 3 - Édito & Sommaire**
- 4/8 - ABCD'ici**
Hiver
- 10•11 - Quand je serai grande**
Je serai naturopathe
- 12 - Assoc'actions**
La Soupape
- 13/16 - À vous de jouer**
Le jeu de début d'année
- 18•19 - Dans la cuisine de**
Bibi (ter)
- 20•21 - Portrait**
Erwan Bargain
- 22 - Coups de cœur**
Livres
- 24 - Camembert**
Cinq kilomètres...
- 27 - Amzer à l'envers**
Petites annonces et
mini carnet des festivités

Directrice de la publication et de la rédaction :
Violaine Andrieux • violaine@amzer.bzh • 06 31 41 49 25
Photographies : Erwan Andrieux • erwan@amzer.bzh
Publicité & partenariats :

Séverine Boureau • annonces@amzer.bzh • 07 69 84 39 21

Retrouvez-nous sur www.amzer.bzh

Édité en 6000 exemplaires par la SARL les Éditions des p'Ty Papiers

7, rue de Tal ar Groas • 29160 Lanvéoc

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° 13' 57" N, 4° 26' 27" W

Quand les plumes se délient,
les sourires naissent, le plaisir de lire se fait
plus fort, l'émotion pétille dans les yeux.
Et ainsi s'écrit, à onze, le portrait d'un lieu
qui nous ressemble et d'une saison au doux
parfum de flocons.

A comme... Allumer

Allumer le feu, souffler
doucement sur les flammes
naissantes... Contempler
le sourire du chat par la fenêtre, la
brume, la brise, l'enfant allongé près
du poêle crépitant, un goéland, un
bout de lune en croissant, envie de
croquer dedans...



B comme...

La bise souffle, c'est l'hiver ! Barnabé,
le bûcheron, visage buriné, barbe et bacchantes au
vent, un bonnet bleu vissé sur ses cheveux blancs,
rentre chez lui sa besogne achevée, poussant une
brouette remplie de bois de bouleau. Entrant dans
sa baraque, il enlève ses bottes boueuses, enfle ses
babouches bariolées. Il s'installe sur la banquette
en bois face à la cheminée où brûle des bûches qui
bruissent et libèrent des braises brûlantes. Bérénice,
sa brue, prépare le biberon de Benjamin le bébé,
qui, après son bain, babille dans son berceau brodé
de brocards. Barnabé, les mains sur un bol, réchauffe
ses doigts boursofflés au breuvage bouillant avant
de le boire. Sur le buffet, quelques bougies gouttent
sur les bobèches d'un bougeoir près d'un bouquet
de bégonias.

C comme... Chocolat chaud

Dix carrés de chocolat pâtissier, corsé. Vingt
centilitres de lait fermier. Deux morceaux de
gingembre, finement ciselés. Une pincée de cannelle.
Faites chauffer.

Remuez, délicatement.

Servez, bien chaud.

Enfin, dégustez... dans un plaid, emmitouflé.

D comme... Danse

Dans l'hiver, il y a vers, un vers de poète

Danse le vers du poète, et respire un air qui dissout
les doutes

Danse l'air du vers du poète, et ri d'un
rire qui dissipe les brouillards

Danse le rire de l'air du vers du poète,
et à ton seul désir, pêche le ciel.

E comme... Ensemble

Des célébrations spirituelles aux
compulsions consuméristes, de Yule
à Noël en passant par Kwanzaa
et Shengda Njie, la traversée des
mois sombres est marquée par des
moments de rassemblement.

C'est sans doute pour s'assurer de la survie de
tous les membres de la communauté qu'ainsi les
sociétés humaines ont inventé des occasions pour
être ensemble, soit pour faire face au froid, soit
pour faire face à la disparité des ressources.

Mais alors ... prendre soin les un·e·s des autres serait
un trait caractéristique de notre espèce ?

F comme... Feu

Il était un feu flamboyant aux flammes dansantes.
Il réchauffait les maisons et les êtres, doigts gelés et
pieds glacés. Il rougeoyait au cœur de l'âtre comme

l'étincelle de nos regards. Il était un feu dans chaque foyer, une compagnie au creux de l'hiver. Il était et est toujours un feu qui nous anime, et nous dévore parfois, mais toujours renaît de ses cendres.

G comme... Galet

Guilleret compagnon des aires de sables, et s'**A**musant des vagues temporelles successives, il **L**uit d'émotions sous les fées de l'eau vive, et nous **E**nchante de ses textures et couleurs changeantes aux **T**endres et doux reflets d'une saison endormie.

H comme... Hum...

Vers ici, l'hiver houleux tangué les silences et les rumeurs d'un monde flottant. Royaume d'humidité. Vers ici, le vent harangue les monts aux cimes d'écume. La vague dessine le creux, hésite en crête, bat en retraite. Royaume d'humilité. Et là-haut, un hibou houspille l'heure que le muet aspire. Royaume d'humanité.

I comme... Iode

J comme... Joie

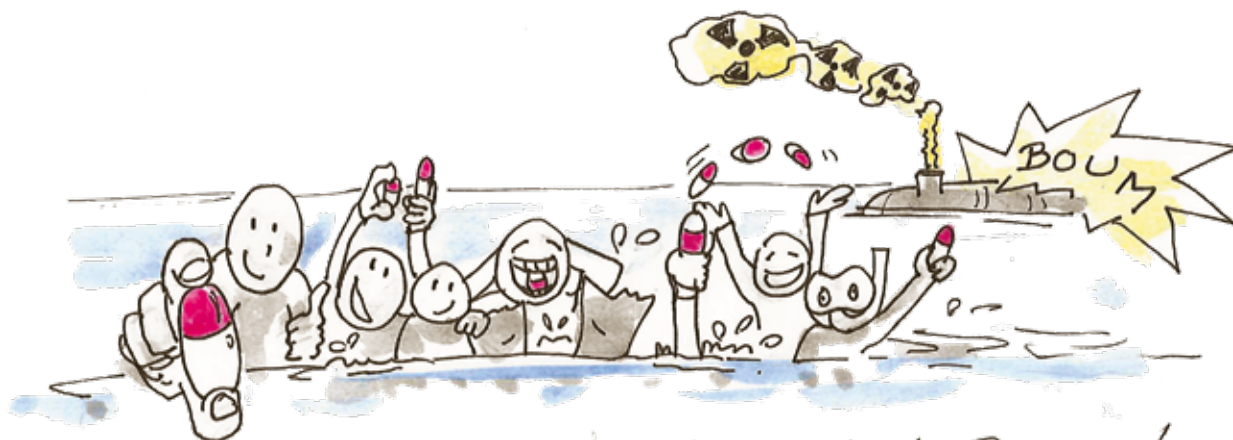
Fouler le sable vierge d'empreinte chaussée. Voir son souffle se dessiner dans l'air blanc glacé. Sentir la froide grisaille des jours chagrins s'illuminer et se réchauffer aux sourires des êtres aimés. S'émerveiller du spectacle nocturne des villes scintillant dans le lointain avec une pureté inégalée.

Elle n'a pas l'exubérance exaltée de l'Été. Mais elle est belle et bien là.

K comme... Kaléidoscope

Les grecs ont dit : kalos, beau, eidos, aspect, et skopein, regarder. Cet objet où des couleurs viennent jouer entre des miroirs savamment orientés nous rappelle de savoir toujours prendre le temps de voir la beauté.

Chaque image aperçue est unique et fugace, comme un flocon de neige, comme une vie. Finalement, il n'y a que la beauté qui importe. Cette humble singularité qui fait de chacun·e d'entre nous une beauté unique et irremplaçable.



L'Iode, c'est la Source !

© RrZWrig - Charlotte Cany

L comme... Liberté

Nous revoilà donc confinés ! Faisons fi de toute humeur chagrine, de tout ressentiment et ronchonnements chafouins... Profitons de ce temps de nouveau imparti pour profiter de l'automne qui frappe à la porte : on va bien trouver, dans un rayon d'un kilomètre, une poêlée de châtaignes à faire griller, des jolies feuilles colorées à coller dans un herbier, une photo magnifique à faire d'un coucher de soleil rose et doré ? ! Ou bien, en restant à la maison, grosses chaussettes aux pieds, un livre à feuilleter, un ami à appeler, un gâteau à confectionner... Allez quoi, confiner peut rimer avec liberté !



M comme... Ma Maison

Entre tes quatre murs je me blottis, dans la chaleur d'une bougie, d'un chat, d'un plaid.

À l'abri du vent, des assauts de la froide saison, de la nuit noire. Mon refuge, entre vos rires, vos bras, je m'apaise. Ma chance d'avoir un antre fait de pierres et de nous. Quand souffle le vent en soi et au-dehors, ces instants me protègent. Honorer ce privilège quand d'autres vagabondent et errent encore dans des plaines hostiles.

N comme... Noël

Nu sur la neige, nez au Noroît, Nigo le Nain naviguait nonchalamment sur son esprit nébuleux proche du naufrage. Nanti d'une nichée de neuf neveux et nièces venus en nacelle de nuages nacrés, d'un nobliau natif de Neïascaouen*, il rêvait naïvement. Les nourrir de noix, nèfles et navels en leur narrant

la Nativité, sans les navrer dans sa notable nudité, serait une notoire nuit de Noël nec plus ultra !

*(*Neïascaouen étant le seul lieu-dit existant de la Presqu'île de Crozon avec pour 1^{ère} lettre le « N »)*

O comme... Orée

Quand l'Hiver pose sa valise au Bout du Monde, l'imagination s'évade vers l'ailleurs... Lorsque la brume hiémale avale les contours de la presqu'île et que la frontière entre ciel et mer se trouble, s'étiole... Dans une rêverie entre veille et sommeil, l'horizon s'efface... et la réalité oscille alors, ici, là-bas... quelque part à l'orée du regard et de la mémoire.

P comme... Près

Près de moi, la tasse fume au chaud des mots, doucement ; le rai de soleil vibre en points-virgules au son du violon, lentement ; le chat dort au profond du fauteuil, intensément. Près de moi, le parapluie n'est pas de mise. Au pays du vent où l'homme se penche pour avancer sans ployer, la pluie n'a de prise que pour la peinture à l'eau, passionnément.

Q comme... Quiétude

Quiétude et silence, ici, le monde s'est vidé
Plages et chemins, terrasses
L'horizon s'est ouvert, immaculé
Fait de bleu, de gris, de vagues et de ciel
Instants suspendus au chant des embruns
L'hiver et le calme retrouvé
Quiétude des sens et de la saison

R comme... ? ?

La Pointe de Dinan ? Croyez ce que vous voulez, lisez « château », pensez « palais », moi ce que j'en dis, c'est que c'est un **Rhinocéros fossilisé** !



© RrZWrg – Charlotte Cany

S comme... (Silence)

... .. Ronronnement du four... Grincement des arbres... Froufrou de feuilles mortes... Bruissement des vagues... Miaulement d'un chat... Crépitemment du feu... Mélopée du vent... .. Sons en sourdine, chuchotis de tout petits bruits... Ici, le silence a la saveur douce et apaisante de la sérénité...

T comme... Tiens, tiens

Tiens , on voit à travers les branches !

Ça sent la cannelle et le vent.

Le feu respire avec l'enfant.

Nous croquons le chocolat à pleines dents.

Pour la vie , on attend de pouvoir la goûter pleinement, au gré de notre liberté de mouvement, des rencontres , des spectacles ,de musique et de chant ...



© Serge Kergoat

U comme... Urticaire

Turlututu chapeau pointu, que vais-je faire de toi le U ? La tâche n'est pas facile à te trouver le bon mot. À force de cogiter tu me donnes de l'urticaire. Tiens, ça rime avec hiver ! Pourtant pas d'allergie à cette saison qui me ravit ! L'irritation serait autre ? Ce temps de crise hivernal affecte-t-il mon moral, siège de la démangeaison ? Dis-moi le U, merci de vite calmer mon émotive éruption !

V comme... Vanneau, oui, mais huppé

Lors de nos petites froidures de l'hiver, en notre presqu'île de Crozon, nous pouvons voir dans quelques champs épars des vanneaux huppés qui préfèrent notre climat aux vents gelés des steppes mongoles. Ce migrateur vient se nourrir de vermisseaux qui se laissent surprendre par le piétinement de ces prédateurs.

Mais qui sont-ils ces vanneaux huppés ? Monsieur Google vous en dit plus : « d'allure robuste, ce limicole approximativement de la taille d'un pigeon, se reconnaît facilement grâce à sa longue et fine huppe recourbée, à son plumage noir et blanc. Les jeunes ont une huppe plus courte et un plumage moins contrasté. Le mâle et la femelle, en plumage d'hiver, ont la gorge jaune comme les jeunes. En revanche, la gorge du mâle en plumage nuptial est noire. De près, le dessus de son corps a de beaux reflets métalliques verts. En vol, ses larges ailes ont un large bout arrondi, cas unique parmi les limicoles »

Petit conseil : quand vous les apercevez dans les champs, mettez une petite laine supplémentaire, le thermomètre doit friser le zéro !

W comme... Winter

What is that scent ?

In the air, in the sky, through the wind and the light...

Nothing like it.

The sharp crystalline scent of snowflakes,

Entering my skin, my breath.

Reviving nature's eternal wildness.

X comme... pas de X



© RrZWrg - Charlotte Cany

Petit jeu : Pourquoi n'y a-t-il pas de X dans la langue bretonne ?

Y comme... Yaourt

(ou Youpi-la-vie !)

Vous prenez un yaourt nature. Un litre de lait. Une cuillère de sucre. Vous touillez le tout... Puis vous mettez le mélange dans des pots de verre ou de terre, que vous placez dans une boîte hermétique avec de l'eau bouillante à hauteur de la moitié des pots. Ensuite... Quartier libre pendant 24 heures ! A l'issue de cette parenthèse, vous sortez les pots de la boîte et les mettez au réfrigérateur. Le lendemain de cette opération délicate (!), vous pourrez déguster vos yaourts maison ! Elle est pas « youpi » la vie ? !

Z comme... Zieuter

Le chat caché sous le sapin regardait depuis un bon moment les lueurs scintiller au-dessus de son museau. Toutes ces petites fées étincelantes qui l'appellent, l'exhortent à sauter et jouer avec elles. Il fixe son regard, choisit sa trajectoire, les pupilles se dilatent, il remue les papattes... et c'est le bond ! C'est bien le fait des fées si le sapin s'est écroulé et que les décorations ont été éparpillées...

Les plumes

H - D - P

Monique Rogé

E - K - Z

Malik Slimane

B - V

Françoise et Tugdual Andrieux

J - O - S

Maiwenn Rivière

L - Y

Camille Mathy

C - W

Angèle Dehec

F - M - Q

Magali Perhirin

G - N - U

Christine Allibrant

I - R - X

Charlotte Cany

A - T

Vanessa Benoît

Merci à Heather Le Rest pour ses précieux conseils et ses corrections pour la lettre W

VINS ETONNANTS BIERES DU COIN BREUVAGES CELTES & GAULOIS RHUMS

RUE JULES SIMON - 02 98 27 18 18



ARMOR GÉNIE

Thermique & Frigorifique

Créateur de confort
Installateur conseil - Thermique - Electrique - Frigorifique

*Profitez de la
prime coup de pouce
pour le remplacement de votre chaudière fioul
par une pompe à chaleur*



BONNE ANNÉE

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
www.armor-genie.fr

Ouvert du lundi au jeudi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30
vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 16h30

Je serai naturopathe

Rencontre avec Sarah Valentin, naturopathe qui vient de s'installer dans notre belle région.

Amzer : Bonjour, Sarah. Que rêvais-tu de faire quand tu étais petite ?

S.V. : Quand j'étais petite, je voulais être maîtresse d'école, jusqu'à ce que je fasse un stage dans une maternelle quand j'étais en cinquième et que je réalise que ce n'était pas forcément fait pour moi. Cette envie est finalement revenue avec la naturopathie, car dans cette discipline, le côté pédagogique a énormément d'importance.

En devenant naturopathe, on devient éducateur en santé, on apprend à nos patients comment fonctionne l'organisme, on explique les interactions des différents aliments, les bienfaits des plantes... Et c'est vraiment cet aspect-là que je préfère.

Amzer : En quoi consiste la naturopathie ?

S.V. : Le but de la naturopathie est de comprendre son corps pour pouvoir rester en santé. Un peu comme en médecine chinoise et en ayurveda, l'idée est de remettre à la personne qui vient consulter les clés de sa santé pour qu'elle en devienne l'acteur, qu'elle comprenne comment réagir face aux diverses manifestations du

corps. Le naturopathe essaie, autant que possible, de travailler en amont. À partir du moment où une personne est en bonne santé, où elle se sent bien, elle possède le plein potentiel pour réaliser ce qu'elle a envie de faire, contrairement à quelqu'un de fatigué, de déprimé ou en souffrance. La naturopathie repose sur un trépied : l'alimentation, l'exercice physique et la gestion des émotions et du stress. Elle permet de proposer des solutions pour adapter son quotidien, sa culture, son rythme de vie en fonction de ce trépied. En plus de cette base de départ, le praticien possède également toute une caisse d'outils : les plantes, sous forme d'huiles essentielles, de tisanes, d'élixirs, des techniques de respiration, de massages divers et variés... Chaque naturopathe a sa ou ses spécialités. Pour ma part, mes consultations ressemblent un peu à des cours. J'explique, je fais des dessins pour que la personne puisse vraiment comprendre comment sa problématique fonctionne. Quand on comprend bien les choses, il est plus facile de se prendre en main, de voir les différents outils comme des alliés et de vraiment agir pour aller mieux.

Amzer : Qu'est-ce qui t'a mené à la naturopathie ?

S.V. : Je suis pâtissière de formation. J'ai vécu en Allemagne quelque temps où j'ai évolué dans le milieu de la restauration, essentiellement en gestion de salles. Je travaillais 70 heures par semaine, dans un état de stress incroyable, pour servir des assiettes hors de prix. Un jour, je me suis dit que ce n'était pas possible de mettre autant d'énergie dans quelque chose d'aussi éphémère



et c'est là que j'ai décidé de changer de voie. Je suis rentrée en France pour repartir à zéro. J'ai trouvé un poste dans une Biocoop sur Paris où j'ai rencontré une naturopathe qui m'a expliqué son métier. J'ai alors réalisé que c'était exactement cela que je voulais faire. Cette manière de comprendre le corps, de faire le lien entre tout ce qui tourne autour de l'humain. Elle m'a conseillé une école et je me suis inscrite pour une formation de deux ans. Au milieu de mes études, je me suis sentie très en colère, car j'ai pris conscience que j'étudiais une technique s'adressant essentiellement à une population qui a les moyens de consulter un naturopathe et qui peut se permettre d'acheter de bons aliments ou des compléments alimentaires. J'ai réalisé que cela ne répondait absolument pas au but premier de la naturopathie qui est que tout le monde puisse être en santé et pas seulement quelques privilégiés. À cette époque, je travaillais en parallèle à Bordeaux, dans un café associatif. Au sein de ce lieu, j'ai commencé à réfléchir à comment rendre la naturopathie plus accessible. J'ai proposé des ateliers, des consultations solidaires que je ne faisais pas payer, j'ai essayé différentes formules et réalisé les limites de certaines. Cela m'a permis de mieux comprendre comment démocratiser cette pratique et comment travailler en gardant cette optique. Il faut juste trouver le bon équilibre pour que je puisse vivre de ce que je fais tout en restant accessible au plus grand nombre. La naturopathie est également une manière de questionner la société, avant même de questionner le corps, de prendre les maux dans leur globalité. Qu'est-ce qui fait que la société actuelle génère certaines



maladies et comment se positionner par rapport à cette problématique.

Amzer : De Bordeaux à la Bretagne, pourquoi avoir choisi de t'installer ici ?

S.V. : J'ai terminé ma formation il y a un an et je pensais partir bourlinguer à travers le monde avant de m'installer. La situation actuelle a finalement mené mes pas en Bretagne et, avec mon compagnon, nous avons choisi de nous ancrer ici et de recommencer notre vie dans le pays de son enfance. Je vais proposer des rendez-vous à domicile et je viens tout juste de trouver un local partagé où je pourrai accueillir mes patients. J'ai hâte de pouvoir commencer à travailler. La première consultation est toujours un bilan d'environ une heure et demie, une discussion pour passer en revue tout le capital santé. J'explique comment tout fonctionne et comment mettre en place des actions dans le quotidien pour reprendre en main sa santé, sans opérer de changements radicaux qui seraient trop durs à tenir. Le but est de répondre à la problématique en remontant à sa cause et à faire en sorte qu'elle ne se reproduise pas. Je propose également de l'éducation thérapeutique pour apprendre à vivre avec certaines maladies, à mieux les gérer. Parfois, en une séance, si les recommandations sont suivies, on peut voir beaucoup d'amélioration.

Amzer : Sarah, merci pour cet échange et bonne installation.

Contact : 07 61 37 98 56

Cabinet : 68 rue d'Alsace Lorraine – Crozon
sarahvalentin.naturopathe@gmail.com
www.naturopathiepour tous.com

La Soupape

Un pied à terre pour une bulle d'air... Quelques mots seulement qui résument parfaitement la philosophie de la jeune association la Soupape.

Créée il y a deux ans, la Soupape regroupe des professionnels qualifiés issus du milieu médico-social, éducatif et social ayant tous une certaine fibre environnementale et artistique. Céline Philippe, Thierry Le Tellier, Myriam Le Garignon, Sandrine Colin et Julie Le Fur se sont donné comme mission la création d'un lieu d'accueil et d'hébergement intergénérationnel en Presqu'île de Crozon, ouvert à tous, autour d'activités et de temps partagés pour favoriser le vivre ensemble. Ce lieu a pour vocation d'accueillir des personnes en situation de vulnérabilité ou de fragilité en proposant un accompagnement spécifique, qu'il soit éducatif ou psychologique. Un relais pour soutenir et aider à rebondir, une réponse à des besoins médico-sociaux et d'accompagnement spécialisé repérés. Ce tiers-lieu de vie atypique désire également accueillir, de manière concomitante, un public plus large à travers une offre touristique solidaire, adaptée et diversifiée, afin de participer au dynamisme et au développement du territoire. Il prévoit aussi un accueil de groupes pour des stages (clown, yoga...). Un lieu permettant le repos, le répit, le partage et le ressourcement. Ce beau projet est une initiative accompagnée par l'incubateur de projet du TAG29, un dispositif émanant de l'Association de



Développement de l'Économie Sociale et Solidaire (ADESS).

Depuis le début de la crise liée au COVID-19, l'équipe de la Soupape, renforcée par d'autres professionnels, a mis en place un dispositif de permanence téléphonique pour les habitants de la Presqu'île de Crozon-Aulne Maritime. Soutien éducatif ou psychologique, soutien à la parentalité et aux liens intergénérationnels, veille auprès des personnes les plus isolées, mise en lien avec les partenaires, soutien aux familles d'accueil et aux aidants..., un service gratuit qui s'adresse à un large public où chacun peut trouver une oreille attentive qui saura le guider et trouver les mots pour reconforter.

La ligne téléphonique est ouverte les mercredis de 9h à 12h, le jeudi soir de 20h à 22h, ainsi que les samedis matins de 11h à 14h. En dehors de ces temps d'ouverture, laissez un message et un professionnel vous rappellera dans les plus brefs délais. Un échange par SMS ou par mail est également possible.

En cette fin d'année, la Soupape a répondu à l'appel à initiatives du Parc naturel régional d'Armorique et a été sélectionnée pour participer au vote du public. Alors, si vous désirez soutenir l'association et lui permettre de bénéficier d'un accompagnement de la part du PNRA, rendez-vous sur : <https://www.pnr-armorique.fr/blog/actualite/votez-pour-choisir-les-projets-laureats-de-lappel-aux-initiatives/>

Contact :
06 47 66 30 97 ou association.lasoupape@lilo.org

À VOUS DE JOUER

Une catégorie **jeune**, une **adulte** pour s'amuser chacun de son côté et une autre **famille** pour réfléchir tous ensemble et gagner l'un des nombreux lots offerts par les commerçants partenaires.

Glissez vos réponses dans une enveloppe et postez-les avant le 10 février 2021 ou venez les déposer directement dans la boîte aux lettres du mensuel 7, rue de Tal-ar-Groas, à Lanvéoc.

Le tirage au sort aura lieu le 15 février 2021. Les heureux gagnants seront contactés par mail et la liste sera diffusée sur le site d'Amzer : www.amzer.bzh.

Bonne chance à toutes et à tous !

• LISTE DES LOTS •

JEUNE - 18 ANS

- 1 stage de surf** d'une semaine offert par **Surfing Sardine** • **1 enceinte Nomade** offerte par **Connect**
- 1 panier garni** offert par **Vintage** • **1 bon d'achat de 20 €** offert par **Au Parchemin**
- **1 bon d'achat de 10 €** offert par **Gwennilli** • **2 calendriers Diwan** offerts par les **Éditions des p'Ty Papiers**
- 3 entrées** pour le musée offertes par la **Maison des Minéraux**

ADULTE

- 1 bijou** offert par **Roberto Bozzacchi** • **1 repas pour 2 personnes** offert par **Les Yeux dans l'Eau**
- 2 séances découverte de sophrologie** offertes par **Marianne Defiennes**
- 1 séance découverte de réflexologie** offerte par **La Réflexologie de Julie**
- 1 séance découverte de bol kansu** offerte par **La Réflexologie de Julie**
- 1 pack dégustation** offert par la **Brasserie Poëm** • **1 panier dégustation** offert par le **café Les Voyageurs** • **2 entrées** pour le musée offertes par la **Maison des Minéraux**

FAMILLE

- 1 Pass'Ports pour 4 personnes** offert par **Penn ar Bed** • **1 photo** offerte par **DLF by Erwan**
- 1 goûter pour 4 personnes** offert par **Thé à l'Ouest** • **1 panier garni** offert par la **Place des Saveurs**
- 1 lot découverte** offert par la **Savonnerie de Camaret** • **1 savon liquide Dr Bronner's all-in-one** offert par **Créé Ici** • **1 entrée Famille** pour le musée offerte par la **Maison des Minéraux**
- 1 pack de CoudreToutBien** offert par **RrZWrg** • **3 calendriers Diwan** offerts par les **Éditions des p'Ty Papiers** • **10 exemplaires du Journal d'une parenthèse - édition limitée**

Jeune • - de 18 ans

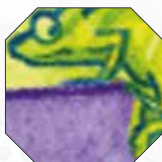
Retrouvez les pages correspondant
aux détails



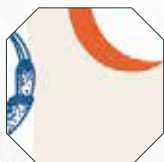
Page :



Page :



Page :



Page :

• QUIZZ •

1 - Quelle épice Angèle ajoute-t-elle à son chocolat chaud ?

2 - Quels sont les deux ingrédients principaux du crumble ?

3 - Qui a écrit *Bande de sauriens* ?

4 - Qui nous fait découvrir les desserts bretons ?

Prénom :

Nom :

Adresse :

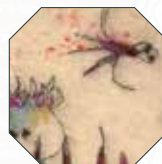
Téléphone :

Mail :

Âge :

Adulte

Retrouvez les pages correspondant
aux détails



Page :



Page :



Page :



Page :

• QUIZZ •

1 - Qui est nu sur la neige, nez au Noroît ?

2 - Quelle lettre n'existe pas en breton ?

3 - Où est le « champ blanc » ?

4 - Après octovembre, comment a été baptisé ce nouveau numéro bimestriel ?

Prénom :

Nom :

Adresse :

Téléphone :

Mail :

Âge :

Famille

À la recherche des mots perdus !

Règles du jeu :

Commencez par résoudre les 5 énigmes ci-dessous pour découvrir à quoi correspond chaque série de chiffres (A-B-C-D-E) :

- A** - Il peut être gagnant, de téléphone ou de cirque :
B - On peut la tourner ou la lire, quand elle est blanche, elle fait peur à l'écrivain :
C - Elle peut être grecque, vertébrale ou de direction :
D - Pour la garder, il faut faire attention à ce que l'on mange :
E - Il en faut plusieurs pour faire une phrase :

Maintenant, prenez les 7 numéros d'Amzer sortis en version papier en 2020 (janvier, février, mars, juillet, août, septembre et octobre) ou rendez-vous sur le tout nouveau site du mensuel www.amzer.bzh pour télécharger les exemplaires. Il ne vous reste plus qu'à déchiffrer le texte mystère !

___-___-___ / ___-___-___ / ___-___-___ / ___-___-___ / ___-___-___ / ___-___-___
19-4-2-11-8 / 14-15-1-7-8 / 14-12-1-4-4 / 20-18-2-16-4 / 21-14-2-11-1 / 15-19-2-2-3

_____, / _____, / _____, / _____ / ____ / _____.
21-20-1-18-5 / 15-22-1-5-1 / 13-6-1-25-3 / 19-34-1-8-13 / 21-4-1-3-1 / 14-8-2-31-10

____-___ / ____-___ / ____-___ / ____-___-___ / ____-___-___ / ____-___-___
15-10-1-13-8 / 22-18-1-22-3 / 13-19-2-8-4 / 20-14-1-3-1 / 20-28-2-1-4 / 13-10-1-18-9

Famille :

Adresse :

Téléphone :

Mail :

OFFREZ À VOS PROCHEs L'INOUBLIABLE

Invitez ceux que vous aimez à embarquer
à bord des navires de la Compagnie Penn Ar Bed
pour découvrir 3 îles au nom magique :
OUESSANT, MOLÈNE, SEIN

En vente sur
www.pennarbed.fr



Le Pass'ports, une jolie pochette cadeau contenant

- 1 billet aller-retour
- 1 livret découverte
- 1 entrée dans un des musées des îles

Valable pour 1 ou 2 personnes • Durée de validité : 1 an à compter de sa date d'achat
Traversée aller-retour valable sur 1 ou plusieurs jours

COMPAGNIE MARITIME
PENN AR BED



Des lignes maritimes du réseau de transport
de la Région Bretagne **BREIZHgo**



Jeu sans obligation d'achat. Les bulletins réponses sont à imprimer et retourner avant le 10 février 2021 à : Amzer - 7 rue de Tal ar Groas - 29160 Lanvéoc. Jeu limité à un bulletin réponse par personne dans sa catégorie et à un bulletin famille par famille. Chaque catégorie est indépendante l'une de l'autre. Les gagnants seront avertis par mail. La liste des gagnants sera diffusée sur le site www.amzer.bzh. Règlement complet du jeu sur simple demande.

LA BRASSERIE DU BOUT DU MONDE



MAGASIN - BAR - RESTAURANT
ZA DE QUIELLA - 29590 LE FAOU
OUVERT
DU MARDI AU JEUDI DE 10H À 19H
VENDREDI DE 10H À 21H
SAMEDI DE 10H À 19H

www.leboutdumonde.bzh • 02 30 99 97 20

**SUR LE TERRAIN,
ET À VOS CÔTÉS,
C'EST LÀ QUE
NOUS ASSURONS
LA VRAIE VIE !**

VOTRE AGENCE

12 rue Charles Lévenez
29160 CROZON
Tél. 02 98 27 11 52



C'est d'un appel local
ou gratuit selon
votre abonnement



Groupama
la vraie vie s'assure ici

Caisse régionale d'assurance mutuelle agricole Groupama Bretagne Pays de la Loire, entreprise régie par le Code des Assurances.

Table & Cadeaux • Maroquinerie Bijoux • Accessoires • Bagages

La gourde **Qwetch** isotherme et écologique
Pour toute la famille, grands et petits
Conserve le froid pendant 24h et le chaud 12h
4 tailles : 350 ml - 500 ml - 750 ml - 1 l



Brigitte Fabien • Place de l'église • Crozon

Bozzacchi Joaillier créateur



Chez BoutyPic
25 rue de Reims
Crozon

06 60 87 60 10

roberto.bozzacchi@gmail.com

Depuis le printemps dernier, les amateurs de champignons peuvent déguster les délicieux shiitakés et les non moins goûtus pleurotes de Marion, qui poussent tranquillement du côté d'Argol. Une aubaine pour les gourmands, d'autant plus que cette année, la saison de la cueillette et des balades a été quelque peu écourtée ! Il existe bien évidemment une multitude de façons de préparer ces champignons. Après avoir essayé de les cuisiner en caviar, au vin blanc ou encore en pickles, j'ai décidé de partager avec vous ma recette de **crumble aux shiitakés et aux poireaux**.

Ingrédients pour 4 personnes

600 gr de shiitakés
4 ou 5 poireaux
1 gousse d'ail
Une bonne poignée de noix de cajou
Une bonne poignée de graines de tournesol
100 g de beurre
100 g de farine
100 g de parmesan ou de fromage de chèvre sec râpé
1 oignon
1 potimarron

Préparation

Coupez les poireaux et les shiitakés en lamelles. Émincez l'ail. Dans une sauteuse, faites chauffer un peu d'huile d'olive (ou de beurre, histoire de faire plus local !) et faites cuire les poireaux et les champignons à feu doux, pendant une dizaine de minutes. Ajoutez l'ail, le sel et le poivre en fin de cuisson et versez la préparation dans un plat à gratin. Dans un saladier, placez la farine, le beurre froid coupé en morceaux, les graines et les noix de cajou grossièrement hachées et le parmesan. Malaxez du bout des doigts jusqu'à obtenir un mélange sableux. Émiettez ce mélange sur les légumes et enfournez à 180° pour une trentaine de minutes, jusqu'à ce que le dessus commence à bien dorer. Pendant que le crumble cuit, coupez en morceaux l'oignon et le potimarron (après l'avoir vidé de ses graines bien entendu !) et mettez-les à cuire à la vapeur ou dans de l'eau bouillante. Préparez ensuite un écrasé, assaisonnez-le à votre convenance et servez-le avec le crumble.

Une version salée de crumble qui, j'espère, ravira vos papilles et vos invités !

Comme bien souvent, vous pouvez adapter cette recette avec ce que vous trouvez dans vos placards. Si vous n'avez ni noix de cajou, ni graines de tournesol, remplacez-les par des graines de sésame et/ou de courges par exemple. Quant à l'écrasé, il sera tout aussi délicieux à base de butternut ou, pourquoi pas, de patates douces !



Bonus

En essayant différentes recettes autour du shiitaké, l'idée m'est venue de le tester en pickles, une manière originale de le conserver et de le déguster froid.

Coupez un kilo de shiitakés en tranches un peu épaisses et ciselez deux oignons moyens. Placez le tout dans une cocotte en fonte, versez 1/2 litre de cidre, placez le couvercle et faites cuire au four, à 180°, pendant 30 à 45 minutes. Pendant ce temps, portez à ébullition 250 ml de vinaigre de cidre, 150 ml d'eau, 100 g de sucre, une généreuse cuillère à café de gros sel et une bonne poignée de graines de coriandre et de graines de



moutarde. Laissez frémir pendant cinq minutes environ. Stérilisez quelques petits pots à confiture en les plongeant dans de l'eau bouillante une dizaine de minutes. Quand les champignons sont cuits, remplissez vos pots, complétez avec le mélange vinaigré bouillant. Refermez les pots et retournez-les. Une fois refroidis, conservez vos pots au réfrigérateur. Attendez au moins deux semaines avant de déguster.

Attention : le shiitaké doit impérativement se manger bien cuit car il peut provoquer des réactions inflammatoires s'il est consommé cru.

Découvrez tous les producteurs près de chez vous pour manger bon, local et solidaire !



Carte de la vente directe en presqu'île de Crozon et Aulne maritime
sur le site www.comcom-crozon.bzh, rubrique Économie et emploi



Sept lettres pour un amoureux des mots qui les décline en poèmes, en nouvelles, en romans, en histoires pour petits et grands ou encore sur scène. Bienvenue dans l'univers foisonnant d'Erwan Bargain.

K comme Kant

Après deux années d'études de journalisme à Bordeaux et un passage écourté en études d'art du spectacle option cinéma à Rennes, je me suis inscrit en cours de philosophie à la fac de Brest. C'est là que j'ai découvert les philosophes allemands et en particulier Kant, un auteur qui m'a donné beaucoup de mal au départ, mais que j'ai appris à apprécier avec le temps. Je garde de bons souvenirs de ces trois années qui m'ont aidé à me construire sur le plan personnel.

D comme bande Dessinée

Je lis beaucoup de bandes dessinées d'auteurs et de romans graphiques. Je suis fan de bd indépendante américaine, comme celles de Robert Crumb et de Charles Burns par exemple. Ma plus grosse frustration est sans doute de ne pas savoir dessiner ! J'ai toujours rêvé d'écrire un scénario de bande dessinée et j'ai enfin commencé à travailler sur un projet avec le dessinateur Loren Bes, un récit poético-fantastique qui n'attend qu'un éditeur pour être finalisé.



© Nao Bargain

A comme Amour

J'ai commencé à écrire de la poésie à 12 ans. À l'époque, je n'étais pas très bien dans ma peau et je me suis mis à écrire des poèmes pour plaire à une fille. Ça n'a pas marché, mais la poésie a été une sorte de béquille pour m'aider à ne pas m'écrouler. Pour moi, elle est intrinsèquement liée au sentiment amoureux. En grandissant, l'amour de ma femme et de mes enfants est devenu mon moteur. C'est d'ailleurs pour mes enfants que j'ai écrit mes premiers livres destinés à la jeunesse. Il y a l'amour des mots aussi. J'aime les néologismes, jongler avec les syllabes, les sons...

V comme variation

J'aime avoir une écriture assez variée et toucher à tous les styles. Poésie, théâtre, essais, romans, nouvelles... C'est cela qui m'a poussé à écrire pour la musique et à monter sur scène en tant que slameur. J'ai découvert une autre façon d'aborder l'écrit, j'ai appris à prendre du recul par rapport à mes textes, à être moins direct et à jouer avec les nuances et les métaphores. En ce moment, je fais partie de deux formations : Arion Rufus, qui joue du garage Rock, proche du punk, qui me permet de revenir à un style plus frontal et le Trio Apocope, beaucoup plus free, batterie, multi-instrumentaliste et voix. Je collabore également avec d'autres artistes de manière plus ponctuelle.

R comme réalité.

Au départ, ma poésie était très nombriliste et abstraite, avec le temps elle est devenue beaucoup plus frontale, engagée et en prise avec la réalité. La naissance de mes enfants y est sans doute pour beaucoup, c'est à ce moment que j'ai commencé à vraiment réfléchir au

monde qu'on allait leur laisser. Aborder des sujets politiques de façon poétique fonctionne bien, j'ai l'impression que les gens sont plus réceptifs. C'est un peu ma contribution pour essayer de faire changer les mentalités. Bizarrement, j'aime aussi partir dans des mondes imaginaires en écrivant des contes, de la fiction. L'écriture, et plus particulièrement la poésie, me procure un certain côté libérateur et je n'ai jamais eu en tête de me censurer. Je recherche avant tout une certaine musicalité quand j'écris et je ne pose pas la question de savoir ce que les autres vont en penser.

C comme cinéma

J'ai commencé très jeune à m'intéresser au cinéma fantastique. J'ai plongé dedans le jour où j'ai regardé E.T., qui a été un vrai choc pour moi. Le cinéma fantastique m'a permis de m'évader, c'est devenu une spécialité et une passion. J'écris depuis plus de 25 ans pour le magazine l'Écran Fantastique. J'ai réussi à faire mon petit bonhomme de chemin dans ce milieu, je commence à avoir une plume assez reconnue, on me demande de participer à la rédaction de certains livres spécialisés.



L comme littérature

Je ne sais pas ce que je ferais sans la littérature ! La littérature a toujours été un refuge pour moi. Je lisais beaucoup enfant, j'ai commencé à lire Kerouac et d'autres auteurs de la Beat Generation en début de collège. Beaucoup d'auteurs m'ont influencé, voire porté quand je n'allais pas très bien, comme Richard Brautigan ou John Fante. J'étais très attiré par la littérature un peu en marge et beaucoup moins par les écrivains classiques français, exception faite de

Flaubert et de La Fontaine. J'aime beaucoup les nouvelles à chute, quand on ne voit pas arriver la fin. Après *En marche arrière*, je travaille en ce moment sur mon deuxième recueil de nouvelles qui devrait comporter une douzaine de textes plutôt fantastiques.

Découvrez, entre autres, les derniers ouvrages d'Erwan Bargain :

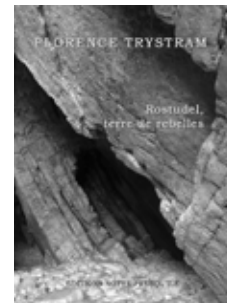
Bande de sauriens : Une fable écologique en rimes, pour enfants aux éditions Un chat la nuit.

Zombies – des visages, des figures : un essai sur la dimension sociale et politique des zombies à l'écran, aux éditions Ocrée.



Rostudel – terre de rebelles
Florence Trystram
Éditions Notre Presqu'île

Un nouveau titre et une deuxième vie pour le livre de Florence Trystram paru il y a 33 ans sous le titre Comme un rêve de pierres.

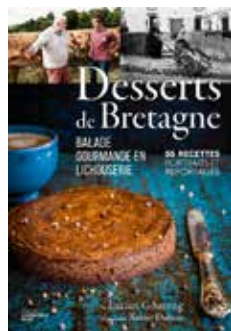


C'est l'histoire d'une maison de pierres et de la terre de pierres qui la porte : Mez Guen, à Rostudel. À l'extrémité du Cap de la Chèvre, à l'extrémité de la presqu'île de Crozon, à l'extrémité du monde. Mez Guen, le champ blanc, le champ des âmes mortes... Les maisons ont une âme. La terre qui les accepte et la pierre dont elles sont faites ont une mémoire. Florence Trystram le sait et nous le prouve à travers cette fresque formidable qui raconte le Cap depuis la nuit des temps, de la jeune fille préhistorique précipitée de la falaise en sacrifice, jusqu'aux touristes des années 1980.

[Personne n'aurait osé s'y aventurer la nuit. Le curé de Saint-Hernot, lorsqu'il venait bénir les terres de Rostudel, évitait de passer devant celle-là. Les enfants n'y menaient pas paître les troupeaux après la récolte. Les femmes se signaient lorsqu'elles devaient le longer pour descendre à la grève.]

C'est un livre de pierre et de mer qui vous habite longtemps après sa lecture. Un livre fort.

Desserts de Bretagne – Éditions La nouvelle bleue
Textes de Lucien Gourong et photographies de Xavier Dubois



Kouign-amann, fars, crêpes, caramel au beurre salé... Il suffit d'évoquer ces emblématiques desserts de Bretagne pour éveiller nos papilles et faire remonter quelques souvenirs d'enfance.

C'est un voyage gourmand à travers 55 recettes, portraits et reportages auquel nous invite l'écrivain Lucien Gourong, accompagné du photographe Xavier Dubois. Une balade en lichouiserie qui vous fera découvrir la vraie recette du kouign-amann de Douarnenez, celle du far breton créée en 1923 à Dol de Bretagne, ou encore celle du gâteau breton 100% sarrasin imaginée du côté de Lorient. Vous y apprendrez aussi comment sublimer les fraises de Plougastel, confire un melon petit gris de Rennes, réinventer l'incontournable Paris-Brest et le petit beurre nantais, redécouvrir enfin la simplicité d'une crêpe de froment accompagnée de figes confites au miel.

Le Café de la place

CAFÉ - BAR RESTAURATION

VENTE À EMPORTER

un plat du jour,
un plat du jour
végétarien
et un dessert du jour.

Du lundi au jeudi
de 12 heures à 14 heures

7 place St-Thomas • Camaret
02 98 16 12 73

Bezançon Traiteur

Artisan boucher
Charcuterie artisanale
Plats cuisinés - buffet

1, rue du Fret
Lanvéoc

Meilleurs vœux pour 2021




Livraison à domicile
Découvrez notre carte
au magasin ou sur www.bezancon-traiteur.fr
Tél : 02 98 27 50 54 ou vincent.bezancon@orange.fr

Les Viviers de Térénez

vous souhaitent
une belle année

2021

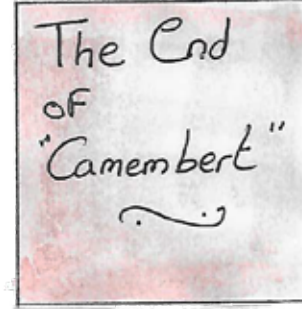
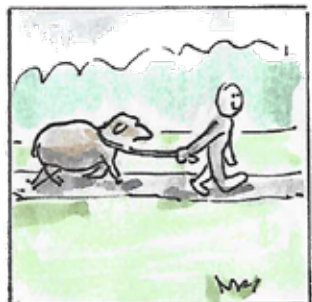


Route de Térénez, 29590 Rosnoën - 02 98 31 90 68

Camembert ou la vie trépidante d'un mouton solitaire

Cinq kilomètres...

de Charlotte Cany



In Extenso

Experts-Comptables

Votre expert-comptable
vous accompagne tout
au long de la vie de votre entreprise

In Extenso Bretagne

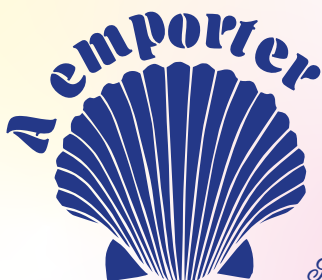
Zone Artisanale du Bourg - 29160 Crozon
Tél. 02 98 26 21 09

Catherine Le Moan

Hypnose & Thérapie

Diplômée d'Hypnose Médicale et Clinique, Faculté de médecine de Brest
Institut Emergences Rennes

06-59-72-98-20 · hypnose.crozon@gmail.com
9 rue de Camaret - 29160 Crozon



Les yeux dans l'eau

*Restaurant 27 quai du Fret 0221331186
le midi 12h-14h*

Du jeudi au dimanche Menu unique

Pour recevoir le menu : lefretmagique@gmail.com

Instagram : les_yeux_dans_leau

fb: Les yeux dans l'eau



Petit bricolage
Entretien jardin
Entretien et maintenance

Presqu'île et
alentours



☎ 06 71 93 73 33

✉ beguin.leny@gmail.com

SOPHROLOGUE - ENERGETICIENNE

Marianne Defiennnes

07 83 66 36 28

24 rue Saint Pol Roux
29570 Roscanvel
mariannedefiennnes@hotmail.fr
www.mariannedefiennnessophrologue.wordpress.com

AMZER
à l'envers

100%
REMBOURSÉ*

**MOINS
DE DÉPENSES,
LA QUALITÉ
RESTE LA MÊME !**



**BILAN AUDITIF ⁽¹⁾
+ 1 MOIS D'ESSAI ⁽²⁾
GRATUITS**



**4 ANS
DE GARANTIES
SERVICES INCLUS**



**QUALITÉ
ET EXPERTISE
RECONNUES**

*Applicables sur les aides auditives de classe 1 référencées, sous réserve des prestations du contrat mutuelle et des agréments complémentaires santé de votre centre. Voir conditions en magasin | ⁽¹⁾ Test non médical | ⁽²⁾ Sur prescription médicale



Erwann BLANCHARD
audioprothésiste D.E.

CROZON

Résidence Equinoxe
13 rue Jules Simon
02 98 27 18 64

Retrouvez
tous nos centres sur
www.audilab.fr



Audilab
Centre de correction auditive

Le carnet des festivités janvier 2021

Alors que salles de spectacles, théâtre et cinéma se voient contraints de garder portes closes, que le carnet des festivités des deux mois à venir est tristement allégé, les librairies et les bibliothèques restent seules gardiennes de la culture et s'organisent. Alors, n'hésitez pas à leur rendre visite ! Renseignez-vous auprès des bibliothèques pour savoir quand vous y rendre et profitez du système « cliquer et emporter » mis en place par certaines. La médiathèque de Pont-de-Buis-lès-Quimerç'h vous propose également de découvrir l'exposition sur le manoir du Bot en ligne sur le site internet de la commune. Profitez-en pour télécharger le parcours « sur les traces des Conan de Saint-Luc » et partir vous balader dans le bourg de Quimerç'h. Que les amoureux du 9e art se rejouissent car la médiathèque a également enrichi son rayon de plus de 200 bandes dessinées, disponibles très prochainement.

Tous les mardis (hors vacances scolaires)

Les Babigou • Pour les parents, futurs parents et les grands parents ayant des enfants ou petits-enfants de 0 à 3 ans • un moment privilégié qui permet aux enfants de se sociabiliser avant l'entrée à l'école, de discuter et de jouer ensemble • autour d'un thé ou d'un café, les familles font connaissance • entre 9h30 et 11h30 • inscription obligatoire : animation.famille@ulamir.fr ou 07 68 68 44 00 • le planning des lieux de rencontres sera donné à l'inscription • **Ulamir**

LUN 4 et MAR 5 JAN

Don du sang • de 8h30 à 12h30 à la Maison du Temps Libre • **association pour le don du sang et EFS • Crozon**

SAM 20 FEV

Formation babysitting • temps ouvert à tous les jeunes de + de 16 ans, souhaitant faire du babysitting sur la presqu'île • premiers secours après du nourrisson, comment adapter les animations auprès des enfants, les questions de législation autour des contrats de babysitting, comment réussir son entretien auprès des parents... • suite à cette formation, les stagiaires apparaîtront dans un listing officiel à destination des tous les parents de la Presqu'île de Crozon • inscription auprès de Pascaline : 07 83 71 45 35 ou accompagnement.scolarite@ulamir.fr • tarif : adhésion au centre social de 18 € et participation de 7 € • à la Maison pour Tous de Tal ar Groas • **Ulamir • Crozon**

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 m² habitables environ avec jardin clos constructible • habitation principale ou plusieurs appartements • local commercial ou profession libérale (100m²) • Prix : 210 000 € • **Contact** : 02 98 27 05 58.



— **Recherche cours de portugais** sur la Presqu'île • **Contact** : 06 50 22 14 59

— **Cherche à acheter grands terrains** (prés, friches, forêts) secteur rue de Kerhos/St Julien à Camaret pour plantation d'arbres fruitiers • **Contact** : 06 03 07 38 87

— **Recherche location T4/5 non meublée et à l'année** sur la Presqu'île de Crozon ou Finistère Sud/Ouest • loyer max 900 € • **Contact** : Véronique au 06 70 46 74 71 ou sur veronique.porteous@gmail.com

— **Professeur de sciences physiques à la retraite donne cours de maths et de sciences physiques tous niveaux** • collège et lycée • **Contact** : 06 07 59 59 00

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

Petites annonces réservées aux particuliers et aux associations

En 2021,
les petites annonces deviennent gratuites,
n'hésitez pas à nous envoyer votre texte
par mail ou par courrier !

AMZER • 7 rue de Tal ar Groas • 29160 Lanvéoc
violaine@amzer.bzh

Galerie Picot-Le Roy

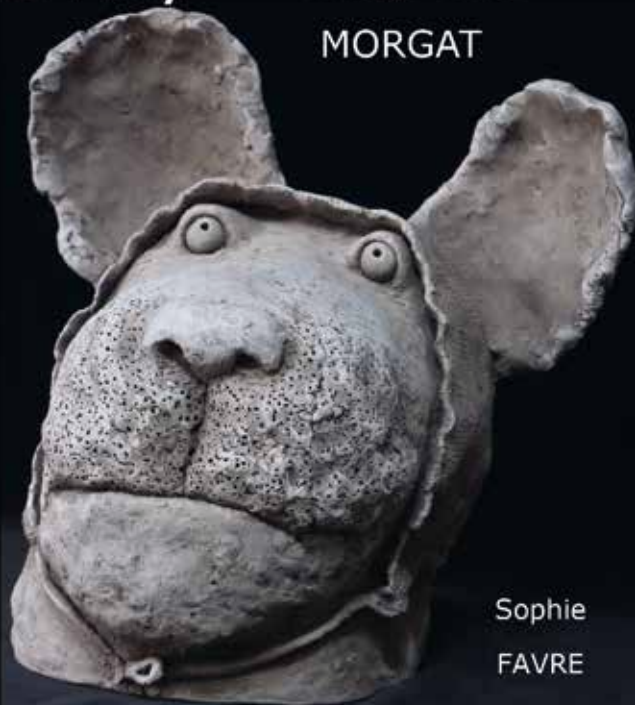
picotleroy.com 06 03 34 34 60



Didier HAMEY

Nuage Bleu

MORGAT



Sophie

FAVRE



Marion TIVITAL