

n°7
déc. 2022



RAMDAM

Le magazine actu
qui met l'accent
sur notre ère.



p.4.5 Covid-19



p.10.13 Le littoral



p.20.21 Chef étoilé



Service Socio Thérapeutique et Socio Culturel (STSC)



COORDINATION :
David et Matthieu

RÉDACTION :
Alexandre, Christophe, David, Julien, Kevin, Lionel, Marc, Maria, Matthieu, Nicolas, Patricia, Sandrine.

PHOTOS - ILLUSTRATIONS :
Team reporters, Idéographik Bretagne

CONCEPTION ET MAQUETTAGE :
Idéographik Bretagne

PRÉ-PRESSE :
Idéographik Bretagne

IMPRESSION :
Publi Trégor (Lannion)
Papier 100% PEFC

TIRAGE :
300 exemplaires

PROCHAIN NUMÉRO :
revue annuelle - décembre 2023

édito

Ramdam 7 « Un nouveau départ »
Deux ans d'arrêt de l'activité à cause
de la pandémie de Covid 19.

Deux ans pendant lesquels
nous avons repensé l'atelier thérapeutique.

Objectif : faire peau neuve !

Avec une nouvelle mise en page plus facile
à lire, une méthodologie de travail plus
approfondie et variée.

Le numéro 7 est un nouveau départ pour le
Ramdam, l'envie de retrouver notre élan d'avant
pandémie, maintenir la parole des patients
pendant cette période difficile.

Nous avons dû faire face à une complexité
inédite pour reprendre l'activité : les mesures
barrières, des contacts réduits, des rencontres
quasi impossibles, un réseau à l'arrêt,
des reporters impactés par l'atmosphère
anxiogène. Nous avons eu un renouvellement
important de nos journalistes amateurs
(+ de 20), rendant plus difficile la cohésion
de groupe.

**C'est le retour de notre magazine
Ramdam ! Pour une 7^e édition.**

Nous avons choisi le thème de l'environnement
durable comme fil conducteur pour notre
nouveau numéro. Nous vous souhaitons une
lecture agréable du travail réalisé par nos
reporters.

David Parlouer
éducateur technique spécialisé STSC

Covid-19 : LA GRANDE PANDÉMIE

Chaque génération a connu un drame, une guerre, un évènement marquant, qui a bouleversé le cours de sa vie. Depuis 2019, la notre connaît la sienne : La Pandémie de la Covid-19.

Dans ce reportage, nous faisons le point sur les origines du virus. Au vu de la complexité du sujet nous donnons la parole aux patients, résidents, soignants de la Fondation Bon Sauveur et sous la forme de textes ou de poèmes.

Autour de ce Coronavirus, énormément de flou est apparu et ce, à tous les niveaux. Des annonces ont provoqué chez nous des réactions, des émotions, de la peur. De nombreuses contradictions au sein même du monde médical sur ce qu'il faut faire ou ne pas faire. Un climat anxieux s'est abattu sur le monde. Les chaînes d'infos tournaient en boucle autour du Coronavirus et bien souvent dans des termes apocalyptiques.

Il a fallu s'adapter rapidement à un nouveau mode de vie bien différent de ce que l'on connaissait.

À suivre, les textes et poèmes écrits par des patients et des professionnels.

La semaine dernière le Président de la République nous a répété plusieurs fois sur un ton grave que nous étions en guerre ! J'ai rempli la fiche qui m'autorise à promener mon chien dans un rayon d'un kilomètre autour du domicile ! Il faut faire attention au couvre-feu ! J'ai peur d'être surpris en dehors des horaires autorisés ! Je suis prêt à me cacher au moindre bruit de véhicule ! J'habite près de la 4 voies ! Il n'y a aucun bruit, même dans le ciel il n'y a pas un avion, j'ai l'étrange sensation de vivre quelque chose hors du temps, complètement irréel, vivre un moment historique. J'ai peur !

Pendant le confinement,
J'attends impatientement
Assis au bord de ma fenêtre,
je regarde les rues désertes
Combien de temps encore,
avant de revivre dehors ?
Combien de temps,
pour retrouver ma vie d'avant ?

C'est la guerre, nous avons très peur de mourir.
Politiques et chercheurs veulent nous prévenir :
« Restez chez vous, ne sortez pas pour éviter le pire ! »
Sans vaccin, sans remède, qu'allons-nous devenir ?
Il y a des morts, oui des milliers de cas.
Depuis ce temps-là, on ne s'embrasse pas !
A cause de toi Corona maudit !
Rien n'est plus comme avant, on ne se touche pas.
Bien que mon test soit positif, j'ai de la chance,
je suis encore en vie.
C'était en 2020, n'oublions pas.
Nous sommes en 2022, ce virus est toujours là !

Mi-mars début du printemps
Malheureusement c'est aussi le confinement
Nous devons rester à la maison
Trouver des occupations, le temps est long
Les jours passent et se ressemblent
Nous réapprenons à vivre ensemble
Avec cette inquiétude permanente devant la pandémie
Coupons les chaînes d'infos, pour le bien être de notre famille.

En savoir plus

La Covid-19 est vraisemblablement d'origine naturelle, avec des premières traces qui remontent à l'automne 2019 en Chine. À partir de la chauve-souris, le virus se serait adapté à l'homme au travers d'un hôte intermédiaire. Mais son identité est toujours inconnue. En l'absence de certitudes, des hypothèses comme celle controversée d'un virus échappé d'un laboratoire ne peuvent être complètement écartées.

Il n'est pas certain que l'on sache un jour la vraie origine de cette pandémie et, à y bien réfléchir, ça changerait quoi de le savoir ?

« La Fondation se met au vert »

La Fondation a la volonté de réduire ses déchets pour un meilleur respect de son environnement. Des reporters ont demandé à Nicolas de nous expliquer son métier et les enjeux de ce projet.

Qui êtes-vous ?

Quel est le rôle d'un chargé de mission ?

Je m'appelle Nicolas NOEL. J'ai été recruté à la Fondation en novembre 2020 comme chargé de mission sur le développement durable. Mon métier nécessite certaines compétences, principalement la gestion de projets (maîtrise du temps et des activités, organisation de réunions, suivi...)

Quel est votre rapport avec la nature ?

J'adore la nature, j'ai besoin de ça pour me sentir bien, pour me détendre. J'adore la mer. Je pratique le surf régulièrement. J'aime également la forêt, me promener, faire de longues marches. C'est pour cela que je travaille dans le développement durable. L'environnement et la nature sont des choses que je trouve primordiales pour pouvoir lâcher prise dans un monde qui avance à toute vitesse.



« Cette mission m'a permis de gagner en expérience, savoir m'adapter et faire des compromis. »

Mon souvenir

avec le Foyer d'accueil médicalisé (Fam)

Avec les résidents du Fam nous avons effectué des nettoyages de plage du côté de Pleubian (Sillon du Talbert), lors d'une marche éco-responsable. Cette journée en compagnie des résidents m'a donné l'occasion de les côtoyer.



Ma mission à la Fondation

La Fondation a décidé de s'investir dans le développement durable. Cela m'a motivé. Mes missions étaient les suivantes : gestion des déchets, recyclage au sein de la Fondation, construction d'une centrale solaire.

Les actions réalisées:

- le recyclage des équipements électroniques,
- l'accueil de chèvres et moutons dans le parc pour l'éco-pâturage. C'est bon pour le moral !
- la mise en place de fontaines à eau.



« 190 tonnes par an de bouteilles d'eau, à la Fondation »

Des bassins d'infiltration ont été mis en place et des parkings végétalisés au-dessus de Saint Luc. Idéalement, il serait intéressant d'en mettre partout afin de faciliter l'infiltration de l'eau (objectif : bétonner le moins possible) mais cela reste coûteux. Je suis satisfait dans l'ensemble. En développement durable, je travaille sur du long terme et certains projets se termineront longtemps après mon départ.

En savoir plus

- Vous souhaitez en savoir plus sur l'engagement de la Fondation ? Une page y est dédiée sur le site Internet www.fondationbonsauveur.fr



RADIO KALON



Le Ramdam a accueilli la Radio Kalon, radio associative. Antoine, directeur de la radio, anime cet atelier qui permet à chacun de s'exprimer librement, sous forme de podcast. L'objectif de cette radio est de permettre la réinsertion professionnelle et sociale de publics démunis en Bretagne.



Dans le cadre du Ramdam, la radio permet d'approcher d'autres techniques de journalisme, aborder un sujet sous un autre angle en développant l'improvisation et la prise de parole. C'est un instrument ludique, créatif et accessible à tous.



Sur 3 séances de 2h30 nous avons interviewé : le groupe du théâtre du Fam, d'anciens reporters du Ramdam et Sœur Emma.

Des moments forts que vous pouvez retrouver sur le site : www.radiokalon.com sous forme de podcast.

FORMATION PHOTO

22 septembre Séance dispensée par Océane (stagiaire à Idéographik). Présences de Julien, Marc et Kévin, David et Matthieu.

Océane nous a remis un livret explicatif sur l'utilisation d'un appareil photo.

Nous avons fait quelques exercices et fait une synthèse des informations à vérifier avant chaque sortie.

Plage Propre

Nous avons débuté cette année plusieurs actions de nettoyage de plages. Nous continuons en 2023, vous pouvez vous joindre à nous si vous le souhaitez

Contactez David au 3585 ou Matthieu au 3578, ou au 02 96 45 20 10

LA VIE DE REPORTER

Marc : J'ai apprécié la cohésion de groupe, pas toujours facile pourtant, de nombreux départs et arrivées de reporters différents. La bonne entente est importante pour bien réaliser un reportage. L'idéal pour moi serait que les reporters restent une saison entière, mais je comprends que certains évoluent vers de nouveaux projets. Grâce au Ramdam j'ai repris confiance en moi, je me suis senti écouté, compris, respecté. Cet atelier m'a donné des outils pour progresser dans ma vie de tous les jours.

Anonyme : Depuis que je suis au Ramdam, j'ai amélioré mes capacités à communiquer et aller vers les autres. Venez nous rejoindre le jeudi matin dans une ambiance de travail conviviale.

Julien : La meilleure définition du Ramdam pour moi serait : les interactions entre les journalistes amateurs que nous sommes, dans un but commun. Nous découvrons ensemble différents sujets passionnants auxquels je ne me serais pas forcément intéressé. C'est ça pour moi la force de ce groupe.

Lionel : Le Ramdam est pour moi une activité passionnante où chacun peut s'exprimer et donner son avis sur les différents reportages. Nous sommes également aidés par des professionnels extérieurs et David et Matthieu sont toujours là pour nous guider. Bref, C'est très sympa avec un très bon esprit d'équipe.

Patricia : Malgré mes différents soucis de santé, je me sens plus à l'aise aujourd'hui. J'aime partager mes connaissances, savoir écouter les autres, vaincre ma timidité, donner mon avis. Venez découvrir de nouveaux horizons, apprendre à travailler parfois seul, mais surtout avec les autres.

Christophe : Quand je suis arrivé, il m'a fallu un certain temps d'adaptation pour voir mon potentiel. Grâce au groupe, au partage, à la bonne ambiance et au respect de chacun, j'ai pu reprendre confiance en moi. Malgré les conséquences du covid, qui ont mis un frein dans la réalisation de nos reportages. L'entraide du groupe a permis d'aboutir à ce que nous souhaitons, concrétiser les thèmes que nous avons choisis. C'était très sympa ! Je vous le dis il y a de la place pour celui qui le souhaite, laissez la maladie de côté, venez vivre une bonne expérience.

DOSSIER : Protégeons nos côtes

interview d'un garde du littoral

Notre région possède le plus beau littoral de France, nous aimons nous y promener. C'est un chemin en constante évolution, peuplé d'une faune et d'une flore fragiles. Nous vous proposons de découvrir dans un premier temps le métier de garde du littoral puis un projet de parc éolien en baie de Saint Brieuc.

Que fait un garde du littoral sur le site naturel de Ploumanac'h ?



Les missions du pôle gestion du site :

- **Entretien du site :** débroussaillage, fauches tardives et raisonnées, ramassage des déchets, entretien des sentiers...
- **Lutte contre les espèces exotiques envahissantes animales** (frelon asiatique, vison...) ou végétales (renouée du Japon, ail triquètre...).
- **Missions de « police »,** rédaction de procès-verbaux suite à des infractions (vélos sur site, camping sauvage, incivilités...).
- **Entretien du matériel.**
- **Tâches administratives :** gestion du budget, réalisation de devis.

Le pôle animation propose des expositions temporaires, des animations sur la faune et la flore, des jeux de pistes et l'accueil des scolaires.

« Ce qui nous a interpellé en échangeant avec Quentin c'est la diversité des tâches qui lui sont assignées.

Ainsi, nous avons appris qu'il existe 2 pôles d'activité. **Le premier concerne la gestion du site naturel de 45 hectares. Les 2 pôles sont gérés par 3 employés aidés des services techniques.**

J'apprends des mots :

Urticante : Relatif aux plantes ou animaux dont le contact ou la piqûre produit une irritation de la peau suivi d'une sensation de brûlure ou d'une envie de se gratter.

« Quentin : garde du littoral »

Qui êtes-vous ?

Je m'appelle Quentin Le Hervé j'ai 30 ans. Je suis agent employé par la ville de Perros-Guirec et cela fait 10 ans que je travaille sur le terrain. La ville gère le conservatoire du littoral, l'île aux moines (patrimoine national) et l'île Tomé. Je suis agent du littoral à la base mais j'ai la fonction « Police » d'où l'appellation « garde du littoral ».

« Pour moi le savoir-être et le savoir-vivre sont les qualités principales requises. »



Pourquoi avoir choisi ce métier ? Y-a-t-il un élément déclencheur ?

J'ai grandi dans la vallée du Léguer. Je me suis inscrit au lycée National professionnel à Pommerit en BTS en alternance GPN (Gestion et protection de la nature) dans lequel j'ai étudié la nature et comment la protéger. Puis j'ai effectué un service civique à la maison du littoral pendant un an. Afin de me spécialiser, j'ai suivi une formation de commissionnement pour l'application de la réglementation du littoral. Je suis passé d'agent du littoral à garde du littoral.

« Il faut également une véritable passion pour la nature. »

Quelles sont les difficultés et les avantages de votre métier ?

Avantages : il n'y a pas de routine dans ce métier et les tâches sont très diversifiées. Nous travaillons dans un cadre magnifique qui évolue en permanence.

En contrepartie, nous faisons face aux plantes qui piquent, **urticantes***, les allergies et les tiques. N'oublions pas la météo qui n'est pas toujours clémente.



En savoir plus

Site du conservatoire du littoral
www.conservatoire-du-littoral.fr

Île aux moines



Ploumach

Île Tomé

Perros Guirec

Lannion
Bégard

Qui a dit que les éoliennes ne faisaient pas de bruit ?



Suite au reportage sur le métier de garde du littoral, nous nous sommes intéressés à un sujet qui fait grand bruit dans le milieu maritime : la future implantation d'éoliennes en baie de Saint Briec.



Je m'appelle Grégory Droumaguet. J'ai une formation en biologie marine. Je suis coordinateur du Comité des Pêches des Côtes d'Armor depuis janvier 2022. Ma mission est d'accompagner les marins pêcheurs dans la gestion des ressources et la défense de leurs intérêts, comme pour le projet du parc éolien en mer auprès de l'État et d'Iberdrola. Je propose un appui technique et scientifique aux marins, sur les espèces qu'ils exploitent.

Les étapes du projets

2010 Concertation entre l'État et la Région Bretagne et sur la zone à choisir.

2012 Étude et proposition des prestataires

2016 Choix du prestataire Iberdrola. L'État demande une enquête publique.

2017 Demande d'études sur l'impact du bruit pour les coquilles St-Jacques. Iberdrola a réalisé l'étude hors du milieu naturel. Elle est sans intérêt.

2017 ... rien ne se passe...

2020

2020 Rupture des discussions. Iberdrola informe qu'ils ont apporté les réponses sur l'étude du bruit occasionné par les éoliennes. Après plus de 10 ans Iberdrola décide de poursuivre le projet seul.

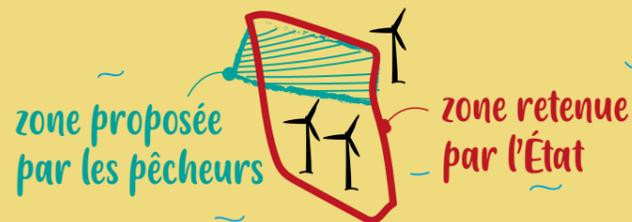
2021 Début des travaux. Premier objectif 90 forages pour 30 éoliennes (3 forages par éolienne). Le projet global prévoit 186 forages pour 62 éoliennes.

Octobre 2021 9 forages ont été réalisés. Le chantier a du retard à cause du sol très dur.

2022 Réalisation avec treillis métalliques des fondations pour 3 éoliennes.

Prochaine étape

Installation des mâts d'éoliennes sur ces 3 fondations. **Le projet, estimé à 2 ans, prend un retard considérable.**



J'apprends des mots :

Frayère : zone de reproduction en mer ou rivière.

Céphalopode : mollusque dont la tête possède des tentacules garnies de ventouses (seiche, poulpe...)

Position des pêcheurs

À l'origine, les pêcheurs étaient ouverts à la discussion et sensibles aux énergies vertes tout en ayant pour objectif de préserver les ressources naturelles du site.

Cependant, ils n'avaient pas le recul nécessaire sur l'impact environnemental, notamment sur l'évolution démographique des espèces due à l'implantation des éoliennes.

Les pêcheurs ont proposé de délimiter une zone au nord de la baie de St Briec. Bien que plusieurs études aient été réalisées, l'Etat n'a pas pris l'avis des pêcheurs en compte ni celui des spécialistes de la mer et a délimité un périmètre beaucoup plus large.

À ce jour, cette zone servant de site de reproduction aux araignées et aux seiches est menacée.



la seiche s'assèche

La baie de Saint Briec concentre de nombreuses espèces d'animaux avant leur reproduction. C'est aussi la zone de ponte de la seiche. Cet animal est la 3ème espèce la plus pêchée en Côtes-d'Armor.

Ce céphalopode est très sensible au bruit, les travaux sous-marins sont une réelle perturbation physique pour l'animal. En Manche, la seiche vient pour se reproduire, elles se regroupent en hiver pour pondre sur les côtes. Verrons-nous disparaître la seiche pour ce projet éolien ?

En savoir plus

Une éolienne a une puissance de 1 à 3 mégawatt.

La pêche costarmoricaine c'est : 263 navires côtiers, 26 navires hauturiers, 800 marins pêcheurs.

+ d'info sur : cdpm22.fr

**SOS ! ANIMAUX MARINS
CHERCHENT NOUVEL HABITAT
POUR VIVRE !!**



« Ça bine au jardin thérapeutique !!! » . . . - - - - -

L'heure de la retraite a sonné pour Yvon. Les reporters du Ramdam retracent son parcours au sein de la Fondation.

Qui êtes-vous ? Quel est votre parcours ?

Je m'appelle Yvon. Je fais partie du service Socio-Thérapeutique et Socio-Culturel (STSC) de l'hôpital. Je suis Educateur Technique Spécialisé (ETS) au jardin.

J'ai suivi plusieurs formations d'horticulture : un BAC, un BTA horticole, une formation d'ETS. Mon parcours à la Fondation débute en 1984, en tant qu'ouvrier espaces verts, puis à l'entretien. À l'époque nous étions 9 jardiniers. Nous travaillions essentiellement sur les massifs de fleurs, et la création de jardins.

En 2009-2010, suite à ma formation d'ETS j'ai mis en place l'atelier jardin, en même temps que la création du pôle STSC.



Parlez-nous de votre carrière ?

Mon meilleur souvenir est l'exemple d'un patient de l'hôpital de jour qui, à la suite des ateliers, est maintenant ouvrier agricole, depuis 10 ans. Cette personne s'est réinsérée professionnellement et socialement. Il s'est marié, j'ai même été invité. C'est une fierté de voir le parcours de cette personne. Avec mon métier j'ai appris la « réciprocité », ce qui signifie donner et recevoir dans le même temps.

Je suis fier de donner du plaisir aux autres et de leur transmettre mon savoir.

Je regrette de ne pas avoir fait ma formation ETS 10 ans plus tôt. J'ai encore plein d'idées à mettre en place mais du fait de mon départ en retraite le 24 novembre 2021, je n'aurai pas le temps.

« J'apprécie de permettre aux gens de repartir avec les légumes de saison du jardin. »

« Je voulais redonner la confiance et le bien-être aux personnes. »

Vous partez bientôt, qu'allez-vous faire ? Quel avenir pour le jardin ?

La même chose qu'ici mais chez moi. J'aime le sport également, alors je vais avoir davantage de temps pour mes sorties vélo. J'ai aussi envie de voyager, voir du monde et m'investir dans les associations.

J'ai une crainte car il est possible que le chauffage des serres soit coupé et de ce fait que l'activité disparaisse. Quel gâchis malgré les investissements consentis. Je serais ravi que quelqu'un prenne le relais et poursuive ce travail passionnant.

« Avec l'arrivée de Sabine, la relève est assurée ! Yvon va pouvoir souffler. »

Souhaites-tu poursuivre le travail d'Yvon ou as-tu une autre vision du métier ?

Je souhaite ouvrir le jardin thérapeutique de manière plus large, faire de ce lieu un espace de rencontre et d'échange, pour les patients et les soignants.

J'aimerais proposer une porte-ouverte avec un troc de graines et de plantes afin d'inclure les patients dans ce projet.

Je souhaite revoir la conception du jardin et le faire évoluer. Cet été, des journées animées par le STSC ont permis aux patients et soignants de redécouvrir le jardin thérapeutique. Grâce à une équipe dynamique ce projet a été rapidement mis en place.

En savoir plus

Si j'ai envie de participer à votre atelier, comment s'y prendre ? Il faut en parler aux services, au médecin. Ce dernier rédige une prescription thérapeutique que je valide.

La meilleure saison pour le jardin est le printemps (mars, avril). C'est le temps des semis, des plantations. La vie reprend dans la nature, c'est la renaissance.



Brocéliande

Terre de légendes

Cette année le Ramdam met l'accent sur le développement durable et la protection de notre environnement. Pour continuer sur notre lancée, nous avons choisi la plus grande forêt bretonne :

La forêt de Brocéliande.

Bien que touchée par les incendies de cet été elle reste préservée.

Les légendes Arthuriennes ont vite dépassé notre intérêt pour la forêt.

Il faut un œil averti ou de bonnes connaissances sur le sujet pour ne pas passer à côté d'indices parfois surprenant de ce haut lieu historique. Grâce à notre reporter Nicolas, passionné de cette époque, et Marie, infirmière à l'hôpital de jour d'addictologie, notre guide du jour, nous avons pu voyager dans les couloirs du temps en l'an de grâce 470.



C'est au 12^e siècle que l'on commence à utiliser les légendes comme porte-parole d'un message, d'un idéal. En fait les légendes sont bien plus anciennes et ont véhiculées oralement à travers les siècles.

À l'origine la légende Arthurienne est celtique et a été enrichie au fil des siècles. On parle d'un guerrier du nom d'Arthurus Rex qui aurait combattu seul 960 ennemis au 9^e siècle.

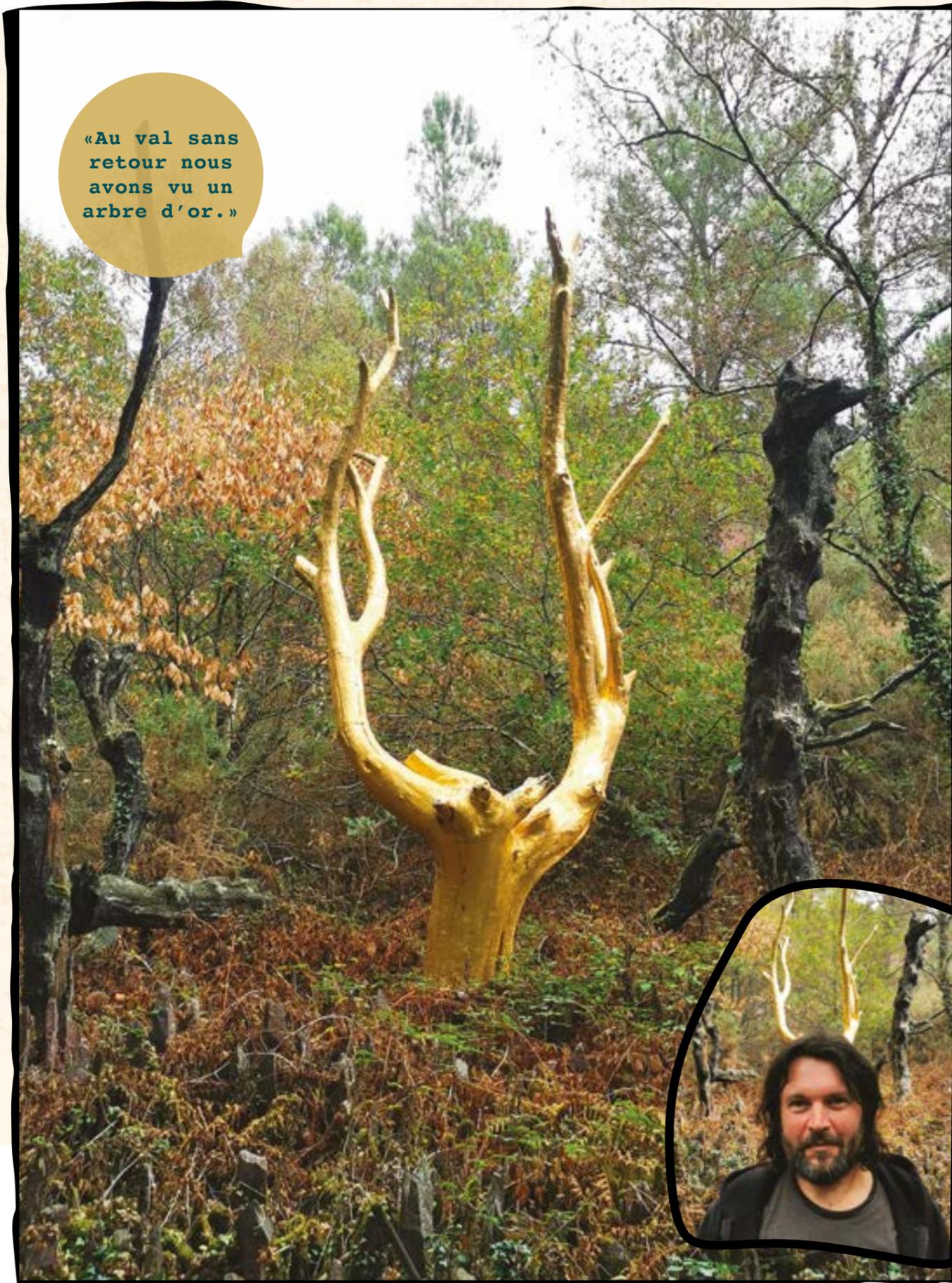
Une autre légende dit qu'Arthur est le fils de César. L'empereur voulant sauver son fils d'un assassinat, l'envoie avec les meilleurs soldats de Rome en Grande Bretagne. Il y sera protégé. Son épée magique Excalibur serait en fait l'épée de César.

Quelle est la différence entre une légende et un conte ?

La légende est un récit qui s'inspire d'un fait historique réel et qui déforme et embellit le réel.

Le conte est tout à fait imaginaire et a pour but d'expliquer l'inexplicable.

«Au val sans
retour nous
avons vu un
arbre d'or.»





les 4 cavaliers et le cerf blanc

Conseils pour la visite

Prévoir une tenue adaptée, dormir sur place et avoir un guide pour une meilleure immersion dans ce lieu magique et ses légendes.



«la porte est en dedans» : chacun peut pousser la porte de son imaginaire.



arbre Guillotin



Marie nous a conté « le miroir aux fées ». On raconte que le sol rouge est le sang des fées qui a coulé pendant 7 jours et 7 nuits. Il aurait débordé de l'étang pour couler dans les bois et les collines de Brocéliande.

La légende du Graal

texte de Nicolas

Le Graal est un monde **de mythes**.
Un monde de mystères et d'éblouissement.

Coupe du sang du Christ ou chaudron celtique, pierre divine ou force de vie, liqueur d'**immortalité** ou **trésor alchimiste**.

Chacun chemine sur la voie du Graal à travers un labyrinthe complexe de plusieurs récits où l'on se perd avec **ivresse**.

Des contes d'aventures celtiques de textes mythologiques où se rencontrent guerriers et dieux magiciens, puis la Passion du Christ, **se rejoignent** en un premier mystère !

Comment les éléments aussi différents ont-ils fusionné au lieu de se rejeter ?

Une seule chose est certaine l'union eut lieu, et **elle fût féconde**.

Le Graal est celtique, le Graal est chrétien.

Le Graal appartient aux temps lointains et il est notre contemporain.

Mais pourquoi le Graal a-t-il parlé si fort aux hommes et aux femmes du Moyen-Âge à nos jours.

Aux côtés du Graal, hier comme aujourd'hui, reste la quête, plus importante encore que lui.

Et si le Graal n'était qu'un espoir,
Une aspiration,
Une apparition,
Une marche vers la lumière dans la nuit de l'Homme ?

... 14h30 : retour à Bégard

En savoir plus
Livres : L'enchanteur de Barjavel
La quête du Graal de Xavier de Langlais

Films : Excalibur de John Boorman (1986)
Monty Python Sacré Graal I (Humour)
La dernière légion (2007)

« Un chef étoilé

Ce reportage nous amène au Domaine du Boisgelin, où Mathieu Kergourlay, chef étoilé, a posé ses valises pour le plus grand plaisir des fins gourmets. C'est dans un cadre idyllique que nous avons pu rencontrer cet homme passionné.

Qui êtes-vous ? Quel est votre parcours ?

Je m'appelle Mathieu Kergourlay, j'ai 35 ans, je suis chef cuisinier.

J'ai commencé à 15 ans, j'ai appris auprès de :

- Nicolas Adam, chef étoilé à **La Vieille Tour**,
- Jean Paul Abadi, à **L'Amphitryon**, un des plus grands chefs bretons doublement étoilé,
- Mathieu Vianey (Meilleur ouvrier de France) dans son restaurant à Lyon, **La Mère Brazier**,
- au restaurant étoilé **Le Saison** à St Grégoire en tant que chef pâtissier.

J'étais chef au **Manoir de Lan Kerelec** où j'ai obtenu ma première étoile.

Enfin, avant d'ouvrir mon établissement j'ai exercé à **La ferme du Laeti** (restaurant deux étoiles au guide Michelin).

Y a-t-il un chef qui vous a influencé ?

Oui ! je dirais un peu de chaque, Nicolas Adam pour sa gentillesse, Jean Paul Abadi pour sa rigueur, David Etcheverry pour son ouverture d'esprit et artistique.

Que signifie être étoilé ?

C'est une reconnaissance de mes pairs. L'étoile est attribuée à l'établissement pour un an !

«J'ai associé ma cuisine avec la réinsertion sociale pour que le domaine soit un lieu de vie et de partage»

* Ma cuisine

Quel est votre style de cuisine ?

Ma cuisine respecte les produits. Je veux une cuisine qui me fait envie, le goût plus que l'esthétique, une cuisine de souvenirs, que j'ai envie de travailler.

Je choisis des produits de saison au potager médiéval du château et chez des petits producteurs locaux, comme le panais, la courge, le poivron.

«Je n'ai pas de spécialité. Je souhaite rester libre dans mon travail, même si il y a des valeurs sûres. Je cuisine selon l'envie du moment.»

* l'établissement

Depuis combien de temps existe votre restaurant ?

Historiquement depuis 1981. C'était un haut lieu de la gastronomie costarmoricaine, puis sa renommée s'est érodée au fil des années. En 2018, je reprends le restaurant avec ma femme et nous réaménageons petit à petit le château. Nous avons plusieurs projets pour augmenter l'attrait du domaine. Nous avons des chambres à finir, développer les cours de cuisine, installer un jacuzzi, etc...

Quel est le nombre moyen de couverts par jour et la capacité totale ?

Cela fluctue, de 40 à 45 couverts nous sommes satisfaits de la fréquentation. Nos choix de menus sont compris entre 25 et 58 €.

Nous pouvons accueillir jusqu'à 150 personnes pour des baptêmes, des mariages, des séminaires, de l'évènementiel... L'hôtel est ouvert toute l'année. En basse saison le restaurant est ouvert du jeudi au lundi et pour la haute saison nous fermons juste le mercredi. Les clients sont des gastronomes amateurs, une clientèle française et européenne.



En savoir plus

Le Domaine du Boisgelin se situe proche de Pléhédél.

Vous pouvez réserver votre table ou une chambre au 02 96 22 37 67
www.mathieu-kergourlay.com

Pontrieux



Recettes



Pour réaliser cette recette, nous sommes allés à la rencontre d'une équipe jeune et dynamique composée de Nicolas, Léa et Amélie. Bienvenue à la crêperie « Le Krampou'zen », ouverte depuis le 8 juin 2022 au bourg de Ploubezre !

Galettes

Pour faire le pâteon (pâte en attente d'utilisation), il vous faut :

- 1 kg de farine de sarrazin
- 30 gr de gros sel
- 1 litre d'eau

Recette :

- Bien mélanger au fouet en incorporant l'eau au fur et à mesure
- Colorer la pâte avec une cuillère à soupe de miel

Conseils :

- Conservation du pâteon entre 24 et 72h
- Quand vous étalez la pâte elle ne doit pas être trop épaisse. Vous pouvez la diluer avec de l'eau

Crêpes

Il vous faut :

- 1 kg de farine
- 250 gr de sucre en poudre
- 1 litre d'eau
- 10 gr de gros sel
- 8 œufs

Recette :

- Faire un puits et y insérer les œufs
- Fouetter le tout lentement en élargissant du centre vers l'extérieur
- Verser 1 litre de lait entier.
- Remuer
- Laisser reposer 24h



DEVINETTES

1

Que fait monsieur crocodile quand il rencontre madame crocodile ?

2

Un homme a besoin d'un litre d'eau exactement. Il possède un robinet et deux bouteilles, l'une de 3 litres et l'autre de 5 litres. **Comment peut-il résoudre son problème ?**

3

Avant-hier, Catherine avait 17 ans, l'année prochaine, elle aura 20 ans. **Comment est-ce possible ?**

4

Je ne fais pas de bruit quand je me lève mais je réveille tout le monde. **Qui suis-je ?**

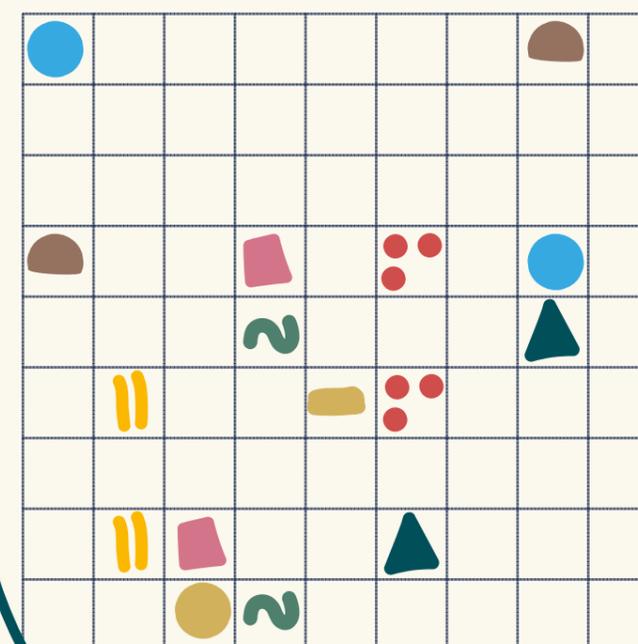
MOTS CROISÉS

INTERVIEW • INFORMATION • GRAPHISME • MICRO • REDIGER • MAGAZINE • PHOTO • IMAGE • PORTRAIT • QUESTION • PAROLES • PRESSE • PROJET • RADIO • NOTE • LIRE • SIGNE • ETRE

I	N	T	E	R	V	I	E	W	L	E	
N	S	R	M	E	P	M	I	C	R	O	
F	R	O	S	R	T	A	E	R	R	P	
O	E	N	I	Z	A	G	A	M	A	H	
R	D	S	H	D	U	E	R	A	D	O	
M	I	M	P	O	R	T	R	A	I	T	
A	G	P	A	R	O	L	E	S	O	O	
T	E	D	R	A	E	M			I	N	E
I	R		G		T	S			G	O	R
O	T	E	J	O	R	P	S	N	T	I	
N	O	I	T	S	E	U	Q	E	E	L	

Avez-vous trouvé la phrase mystère :

Relie les formes/couleurs entre-elles. Toutes les cases doivent être recouvertes. Aucun trait ne peut se croiser.



réponses aux devinettes :

- 1 Il Lacoste
2 Il faut tout d'abord qu'il remplisse la bouteille de 3 litres. Puis il verse le contenu de celle-ci dans celle de 5 litres. Il remplit de nouveau la bouteille de trois litres. Il verse son contenu dans la bouteille de 5 litres, jusqu'à ce que celle-ci soit pleine. Il ne lui reste ainsi qu'un litre d'eau dans la bouteille de 3 litres.
3 Hier, on était le 31 décembre, elle a eu 18 ans. Cette année, elle va avoir 19 ans et l'année prochaine, 20 ans
4 Le soleil

Atelier Thérapeutique de la
Fondation Bon Sauveur de Bégard.

Les reporters du Ramdam remercient :

- la direction de la Fondation Bon Sauveur
- l'ensemble des personnes interviewées
- l'hôpital de jour de Saint Vincent
et la Maison des Roseaux pour le prêt des bus
- et tous ceux qui ont participé
et permis la réalisation de ce 7^e numéro.

Ce magazine est financé par
la Fondation Bon Sauveur de Bégard.

Vous voulez devenir reporter ou réaliser un reportage ?

Contactez David aux salles
culturelles au 3986.

Le savoir-faire Ramdam - depuis 2014



Service Socio Thérapeutique et Socio Culturel (STSC)

