



N°2
Décembre
2015

Zoo

RAMDAM

Le Magazine Actu qui met l'accent
sur notre ERE



Reportages



Cinéma



Jeux

Hugues
Auffray





SOMMAIRE

Retrouvez également la recette et les jeux en fin de magazine



Zoom sur l'estuaire du Trieux



43 questions sur l'ACAP



Du triporteur à la Belle Orange



La Belle rencontre



Java dans les bois #10

Prendre l'air



Le château de
La Roche-Jagu



Silence on tourne !



Festival du chant
de marin



Soigneur au zoo
de Trégomeur



Elle s'appelle
Pauline



EDITO

Bienvenue dans le second numéro du magazine Le RamDam. Nouvelle année, nouveaux reportages, nouvelle équipe, avec l'entrée de William, Christian et Elie.

Nous sommes fiers de vous présenter cette nouvelle édition plus conséquente, qui nous a demandé 10 mois de travail. Nous espérons que vous prendrez autant de plaisir à le lire que nous en avons pris à le réaliser.

Nous vous souhaitons de bonnes fêtes

Zoom sur l'estuaire du Trieux



L'atelier écriture de l'hôpital de jour de Paimpol a interviewé Véronique et Sébastien qui proposent des balades sur leur bateau appelé le passeur du Trieux.

Présentation de l'estuaire du Trieux

D'après le petit Robert, l'estuaire est un nom masculin. Du latin aestuarium, de aestus : mouvement des flots ; partie terminale d'un fleuve sensible à la marée et aux courants marin, souvent en forme d'embouchure évasée. Appelé aussi : aber (Breton), étier (Latin), ria (Espagnol)

Le Trieux : Fleuve des Côtes d'Armor qui prend sa source à Kerpert (région de Guingamp), et se jette dans la Manche via l'estuaire du Trieux. Il mesure 72km mais n'est navigable que jusqu'à l'écluse de Pontrieux.



Sébastien

Sébastien a 41 ans, est originaire de Loguivy de la Mer, capitaine de marine marchande et titulaire d'un brevet de mécanique. Passionné de la mer, issu d'une famille de marins, il a également été skipper durant 8 ans sur un bateau nommé "Le vieux Copain". Le choix du retour vers sa région natale s'est imposé comme une évidence pour exercer sa nouvelle activité. Il est accompagné de son épouse Véronique, chargée de l'accueil, des réservations, de la communication. C'est un rôle important pour cette ancienne coiffeuse. Elle a dû s'installer en Bretagne et faire connaissance avec une région qui ne lui était pas familière.

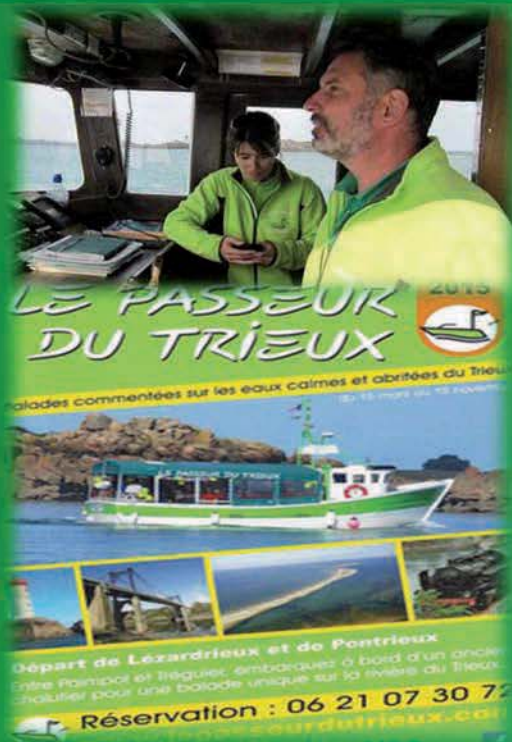
Rencontre avec "Le Passeur du Trieux"



Le bateau

Cet ancien bateau de pêche de 1980 a également été bateau bus dans le port de La Rochelle sous le nom de *Fantômas*. Sébastien et Véronique l'ont choisi car il était en "Iroko" (*bois imputrescible*) et déjà tout équipé. De plus, il consomme peu et possède un faible tirant d'eau. "Le Passeur du Trieux" peut actuellement accueillir 12 passagers, des démarches sont en cours pour augmenter sa capacité.

Fort de ses 20 tonnes, ce bateau rassurant navigue depuis mars 2013 dans l'estuaire du Trieux.



Les passeurs proposent 4 balades commentées en eau calme et abritée :

- De Pontrieux vers Lézardrieux ainsi que Lézardrieux vers Pontrieux.
- De l'estuaire vers la pointe de Bréhat.
- Le long de la rivière du Leff.
- De Lézardrieux vers le sillon du Talbert.

Une nouvelle balade sera possible en 2016. Les sorties s'adressent à tout public, de l'enfant accompagné à la personne âgée, y compris les personnes à mobilité réduite.

Par ailleurs des formules p'tit déj, pique-nique et goûter sont proposées ainsi que la possibilité de louer le bateau

Le pont de Lézardrieux



Histoire du pont

Le premier pont date de 1870, c'est un pont en bois suspendu par des câbles. Il servait à faire passer les charrettes et les usagers.

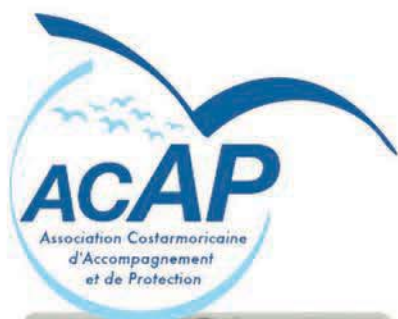
Le nouveau pont date de 1925, il s'agit d'un pont à haubans mesurant 150 mètres de long avec un usage ferroviaire. Son tablier est posé sur quatre rotules articulées, ce qui lui permet d'être en mouvement. Ce pont, inspiré des travaux de Gustave Eiffel, est classé monument historique. Les rails ont été démontés en 1970.

Ce pont permet de gagner du temps en reliant Lézardrieux à Paimpol en seulement quelques minutes, avec un gain de 28 km, tandis qu'à l'époque une journée était nécessaire en passant par Pontrieux. De ce fait, l'économie de Pontrieux a été favorisée par la construction du pont.



Notre journée dans l'estuaire

Petite balade au bord de l'eau le 5 mai, journée ensoleillée, pique-nique sportif et frais sur le bateau avec un vent de force 7 (environ 90 km/h) Nous avons alors compris pourquoi des plaids étaient mis à disposition. L'occasion de découvrir de nombreux sites insolites, de bénéficier d'anecdotes historiques et culturelles, de faire quelques photos.



Monsieur THEBAULT Frédéric
responsable de l'antenne
de Ploumagoar

1) Qu'est-ce que l'ACAP?
C'est une association
Costarmoricaine des adultes
protégés.

2) A quoi ça sert?
Elle exerce un mandat de
protection, afin de protéger les
usagers dans les gestes de la vie
quotidienne.

**3) Combien êtes vous
d'employés?**

Il y a 100 salariés, dont 20 à
Ploumagoar.

**4) A quel ministère êtes vous
rattachés?**

L'ACAP dépend du ministère des
affaires sociales et du ministère
de la justice.

**5) Quel est le diplôme des
tuteurs?**

un diplôme social et un certificat
de mandataire judiciaire

**6) Est-ce-qu'il y a un âge pour
être mis sous mesure de
protection?**

A partir de 18 ans

**7) Comment pouvons nous vous
contacter?**

Au standard tous les jours par
demi journée, via le fax et par
mail.

**8) Combien de personnes sont
suivies par un tuteur?**

Un tuteur/curateur suit en
moyenne de 60 à 100 personnes.

**9) Quelle est la fréquence des
rencontres entre une personne
et son tuteur?**

En général, le tuteur rend visite
tous les 2 à 3 mois.

**10) Qui décide de la mise sous
tutelle, quels sont les critères?**

C'est le juge des tutelles qui
décide de la mesure de
protection.

**11) Quelle est la différence
entre tutelle et curatelle,
curatelle renforcée?**

Curatelle simple : Le curateur
gère le patrimoine
conjointement avec le
protégé.

Curatelle renforcée : Idem +
regard sur la gestion des
comptes

Tutelle : Mesure la plus élevée
= gestion du patrimoine et
comptes du majeur.

**12) A quel moment les tuteurs
viennent aux synthèses des
usagers ?**

Quand ils y sont invités.

**13) Pourquoi demande t-on
l'avis du tuteur quand on se
fait opérer?**

L'objectif est de s'assurer que
le patient soit bien informé.

**14) Quand doit-on voir le juge
des tutelles?**

La mesure de protection est
rediscutée tous les 5 à 10 ans.

A cette occasion, nous
rencontrons le juge des
tutelles.

**15) Où trouve t-on le juge des
tutelles?**

Au tribunal d'instance.

**16) Quelles sont les limites de
l'ACAP et des tuteurs?**

Les limites des tuteurs sont
fixées par la loi du 5/03/2007

43 Questions sur l'ACAP

**17) Votre travail est-il
supervisé par un tiers ?**

Les tuteurs sont supervisés par
le juge des tutelles et le
directeur de l'antenne.

**18) Pourquoi avons nous une
carte de retrait plutôt qu'une
carte bancaire ?**

La mesure de protection gère les
comptes afin d'éviter les
dépenses excessives.

**19) Pourquoi certaines
personnes reçoivent leur
argent à l'administration ?**

C'est en fonction du degré
d'autonomie de la personne.

**20) Comment est déterminé
l'argent
alloué à la semaine ?**

En fonction des ressources et
des besoins.

**21) Pourquoi avons nous
plusieurs comptes ?**

Nous avons plusieurs comptes
afin d'économiser pour notre
avenir.

**22) L'argent non dépensé
dans le mois est-il placé sur
notre compte ?**

L'argent reste sur le compte.

**23) Pourquoi avons nous
parfois des bons et parfois
l'argent est viré directement
sur le compte ?**

Les Bons sont plus sécurisants.

**24) Que devient notre argent
quand on décède ?**

L'argent va à la famille, il est
possible de faire un testament
pour léguer à une personne de
son choix.

25) Quel est le salaire moyen d'un tuteur ?

Le salaire moyen d'un tuteur est de 1500 à 2500€ brut.

26) A quelles occasions le tuteur contacte-t-il l'infirmière et il y a-t-il une fréquence particulière ?

Le jour du passage annuel ainsi qu'en cas de besoin

27) Le tuteur a-t-il des contacts avec notre famille ?

Selon le choix du patient.

28) Les tuteurs travaillent-ils en équipe, et si oui à quelles occasions ?

Ils travaillent beaucoup en équipe, notamment dans les situations difficiles (bilan d'orientation, sur la mesure, bilan avant fin de mesure...)

29) Comment un tuteur peut intervenir quand on fait une faute pénale ?

En faisant appel à un avocat pour nous défendre.

30) Qui fait les démarches pour faire le dossier de retraite ?

Les tuteurs avec la personne protégée font ensemble le dossier de retraite.

31) A quel âge on le fait ?

Vers 60 ans

32) Est-ce que l'ACAP peut organiser des séjours ?

(stage, remise à niveau...)

Non ce n'est pas leur rôle, cela dépend plus de l'équipe soignante pluridisciplinaire et surtout de l'assistante sociale !

33) Pourquoi il y a parfois des divisions de la mesure

(à la personne et au bien) ?

La mesure peut être divisée (personne / biens) selon les difficultés de la personne et selon un cadre précis.



Sandra Bisbau, tutrice

34) Quand on sort de l'hôpital, quel est le rôle de notre tuteur ?

Préparer les besoins avant la sortie.

35) Les tuteurs ont-ils la compétence de gérer les orientations ?

Les tuteurs ne gèrent pas les orientations mais peuvent avoir à donner un avis.

36) Quelle influence a le tuteur sur le projet de la personne ?

Idem Question 35

37) Pourquoi change t-on parfois de tuteur ?

En cas de déménagement ou de demande unilatérale, lors des remplacements, en cas de vacances ou de maladie du tuteur

38) Pourquoi a-t-on du mal à vous contacter ?

Un tuteur s'occupe de 60 à 100 personnes, il faut accorder du temps à chacun.

39) Comment fait-on pour enlever une tutelle ?

Il faut faire une demande au juge des tutelles. Un expert psychiatre est ensuite mandaté.

40) A-t-on une mesure de protection à vie ?

Non une réévaluation est faite tous les 5 ans.

41) Quels sont nos devoirs vis à vis de vous ?

Respecter son tuteur, lui parler calmement.

42) Rencontrez-vous des difficultés, si oui lesquelles ?

Le plus difficile c'est d'être en désaccord avec la personne.

43) Quels sont vos conseils pour qu'un duo tuteur/ tuteuré fonctionne bien ?

Une bonne communication entre les deux protagonistes sur les sujets.



Pour contacter l'ACAP



02 96 13 59 13



ploumagoar@acap.fr



3 impasse des buissons
Z.A. pars c'activités de
Runanvzit Ploumagoar



Horaires d'ouverture :

Lundi, mardi, et jeudi de 13h30 à 17h

Mercredi et vendredi : de 8h30 à 12h

Du Triporteur à "La Belle Orange"

Un lundi matin, à la réunion de planification du service d'hospitalisation de jour en addicto, Sylvaine, l'infirmière, nous annonce que l'atelier « triporteur » redémarre la semaine suivante. Compte tenu que ce mercredi, il y a l'atelier de cuisine, les autres (Manu, Thierry et Christine) iront à l'activité triporteur.

Sylvaine nous explique qu'il s'agit de construire un vélo triporteur qui aura pour vocation de transporter les livres de la bibliothèque vers les services excentrés de la Fondation.



La "Boite" sera noire !



Du plan à la réalisation



Une première étape a déjà eu lieu et les patients du service ont participé à la construction proprement dite du vélo-tandem. Il s'agira pour nous dans cette seconde étape de construire le module de bibliothèque du triporteur. Bruno, qui avait participé à la première phase avec Laurent, nous déclare : « *Le triporteur, c'est chouette ; c'est dommage, je ne pourrai pas y aller car je ne suis plus là le mercredi.* »

Donc, le mercredi suivant, nous voilà tous les trois, Manu, Thierry et Christine, accompagnés de Sylvaine en direction du local d'ergothérapie, un peu inquiets de ce que l'on allait pouvoir nous demander de faire.



Ce qui nous a plu, d'emblée c'est le projet et surtout, le vélo, et puis c'est :

- Les séances qui ne se ressemblaient pas, avec à chaque fois un travail différent qui nous était demandé.
- Les intervenants qui nous ont fait confiance en nous laissant travailler seul, en autonomie.
- apprendre à utiliser des outils et des machines que nous ne connaissons pas.
- travailler ensemble.
- l'encadrement des porteurs du projet, qui nous ont mis à l'aise, qui ont mis le projet à notre portée, qui nous ont traités tous au même niveau, qui nous ont laissés libres de nous organiser dans le travail qui nous était confié et qui ont su nous apprendre les techniques à mettre en œuvre.
- sortir du service et avoir à faire à des intervenants extérieurs.

Le résultat nous a rendus fiers du travail accompli, et davantage encore le second que le premier. La toute première "boite" a brûlé dans l'incendie de l'atelier d'ergothérapie.

En août, la réalisation de la seconde caisse nous a paru plus facile, parce qu'il y avait l'expérience de la première, on savait ce qu'il y avait à faire, même si l'on n'imaginait pas comment cela serait possible à réaliser dans le local de la bibliothèque et sans les outils de l'atelier.

Il a fallu passer la déception liée à la destruction de la première boîte et quelques minutes de découragement à la séance de redémarrage. L'ambiance sur le second projet était plus détendue, le contexte de « débrouille », de reconstruction, et les talents d'animateur, de facilitateur de David et Xavier y étaient pour beaucoup.



Derniers réglages avant les essais...



Nous sommes impressionnés par le nombre de pièces détachées qu'il va falloir assembler. Des câbles, des roulements, des vis, des réglages pas si facile...

"C'est un vrai Lego à monter"



En conclusion, nous avons retenu de la Belle orange :

- expérience très satisfaisante
- grande satisfaction du résultat
- étonnés de voir que le temps en séances a passé si vite
- contents de ce que nous avons été capables de réaliser.

Manu, Thierry, Christine et Sylvaine

La Belle Rencontre

Comment fabrique-t-on un cadre de vélo comme la Belle Orange?

Au départ on a réalisé des croquis pour trouver la bonne forme, puis un dessin à l'échelle 1, pour s'en servir comme plan. Ensuite on a acheté des tubes ordinaires, qu'il a fallu rapprocher et souder avec des gueules de loup et des baguettes permettant un plus long apport de métal. Grâce au dessin à l'échelle 1, nous avons réalisé un marbre comme pour la fabrication de voitures. Est venu ensuite le cintrage des tubes de métal.

En combien de temps le vélo a-t-il été réalisé ?

Les étapes :

Conception par le dessin pour la recherche des formes

Recherche de l'existant par la documentation, l'internet, ...

Visite au salon international du vélo

Recherches sur la mécanique

Fabrication de pièces spéciales sur mesure en réponses aux problématiques techniques.

Monter-installer-démonter-sabler-poncer-apprêter-poncer-mastiquer-poncer-remastiquer-apprêter-peindre 3 couches.

Au final nous avons été payés – de 300€ par mois de travail, nous avons travaillé pour 1€ de l'heure. Il y a eu 9 mois de travail dont 3 mois très intenses au départ, car c'est une œuvre unique, il a fallu sans cesse chercher des solutions. Nous avons tout noté de l'expérience de travail pour s'en souvenir.

Quel poids maximum peut-on mettre sur le devant du triporteur ?

Nous l'avons testé avec 300kg de charge, le vélo pèse entre 20 et 30 kg sans la caisse.

Pour le pédalage, comment ont été choisis les différents développements du vélo ?

On a vraiment galéré et cherché énormément. Une seule partie de la belle orange provient d'un BMX préexistant, avec un pédalier qu'il a fallu réadapter et tout le vélo a ensuite été aligné dessus. Nous l'avons ensuite testé en côte.



10



Xavier Theffo



Quels types de soudures avez-vous réalisés ?

Des soudures TIG « Tungstène Inert Gaz » à l'arc et au gaz. Cette technique permet d'avoir une soudure plus fine et plus précise avec un point de chauffe moins violent pour la structure métallique. En plus ça permet de souder tous les métaux. On utilise un masque et une baguette de tungstène, le gaz c'est de l'argon.

Pourquoi n'y a-t-il pas de suspension sur la Belle Orange ?

Il n'y en a pas sur tous les vélos, ça permet d'amortir les chocs en descente, mais ça représente une grosse perte d'énergie en côte.

Pourquoi faites-vous des vélos ?

Avec Guirec on s'est rencontrés dans une association de réparation de vélos, au lieu de les jeter on les récupérait et on les réparait. Nous avons construit 8 vélos machines ensemble.

Pouvez-vous nous parler de vos vélos machines ?

Il y a une lavocyclette et d'autres pièces uniques, comme le vélo pompe ou le vélo synthétiseur. Ce qui nous intéresse c'est la notion d'économie d'énergie, de produire sa propre énergie et le côté pédagogique pour que les gens comprennent comment on produit l'énergie, en le vivant par l'expérience physique. Nos vélos sont autonomes et fonctionnent sans être branchés.



Quels messages souhaitez vous faire passer dans vos œuvres?

Montrer ce qui ne va pas dans le monde, et ce qu'on ne voit pas mais qui est positif. Je dénonce ceux qui ne respectent pas la nature, l'homme, donc la vie. Mon travail est centré sur l'utopie, l'écologie et le recyclage.

De quels mouvements ou influences artistiques êtes vous?

Je suis plutôt réaliste, mais mon travail artistique est explicite, il se situe entre le surréalisme et le réalisme.

Travaillez vous seul sur vos œuvres?

Je travaille de moins en moins seul, car je trouve qu'on fait mieux à plusieurs.

Quelles peintures utilisez vous?

Toutes les peintures et les matières que je récupère, je fais avec ce que j'ai, ce qui provient de ce que les gens ne veulent plus. Je travaille beaucoup avec Emmaüs ou la ressourcerie de Carhaix, j'y récupère des peintures, des jouets, etc.

D'où vous viennent vos idées?

De la société, des voyages, des objets qui m'inspirent, du monde en général.

Que représente l'hélicoptère avec les petits soldats?

Cette sculpture symbolise la rédemption. Quand j'ai vu G.W.BUSH aller voir le pape, après toutes les guerres qu'il a déclarées, ça a fait « tilt ». Ensuite j'ai trouvé l'hélicoptère et trouvé les soldats, qui m'ont inspiré l'installation.

Etes vous pessimiste sur l'état de notre planète?

Je suis assez pessimiste car je ne vois pas beaucoup de changements, et je crois à un changement plus radical. Et il y a plein de nouveaux problèmes qui arrivent. Mais ce qui me rend optimiste, c'est le grand nombre d'alternatives qui existent et qui se développent partout dans le monde.

Ne seriez-vous pas un peu "alarmiste"?

Oui j'ai un côté alarmiste, mais je n'ai pas envie d'être moraliste. Mon exposition est construite dans une logique positive. Elle commence par des constats alarmistes, puis la charnière est le tableau d'un atome de pensée positive, qui ouvre l'exposition sur des solutions constructives.

Jouez-vous les provocateurs pour susciter notre curiosité, nous faire réagir?

Non je ne veux pas être provocateur. Je souhaite attirer l'œil, pour que les gens se disent que c'est beau. Une fois captivés j'espère qu'ils s'aperçoivent de quelque chose qui peut ouvrir les consciences. En fait il est très facile de provoquer, mais faire réfléchir les gens pour qu'ils rejoignent votre combat, c'est beaucoup plus compliqué.

Etes vous un défenseur de la nature?

Non ! C'est le paradoxe, je ne me sens pas suffisamment défenseur de la nature, je roule encore en voiture et je consomme beaucoup trop de choses. Même si j'essaye de consommer Bio au maximum, d'utiliser des toilettes sèches ou des choses comme ça.

Etes vous engagé politiquement sur ce sujet?

Dans mon art oui je le suis de par la provenance des matières et les messages que je défends. Mais je ne me revendique pas écolo, je récupère des choses, mais si tout le monde le faisait, il n'y aurait plus rien à récupérer. Je participe aussi à des démarches de créations de moteurs d'éoliennes. Mais en fait en France à part être un ermite, c'est dur d'être complètement écolo.

Non, je ne fais pas de politique. Les politiciens sont des gens qui parlent et changent d'avis tout le temps. Les vrais solutions c'est des gens qui font. C'est pas dire qu'il faut, c'est faire !

Depuis quand vous êtes vous lancé dans la réalisation de vos œuvres?

Depuis qu'on m'a mis un crayon dans les doigts à l'école, et j'ai pas arrêté depuis.

Est-ce que vos expos sont itinérantes?

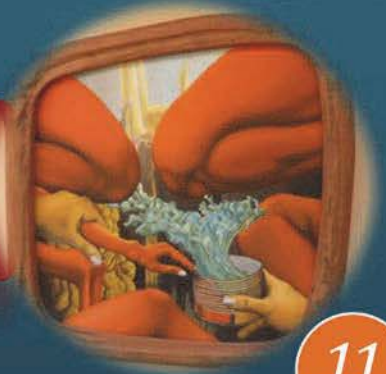
J'aimerais bien, c'est un projet, d'où l'idée d'un camion qui marche à l'eau ou tiré par des chevaux ce serait idéal.

Quelle est votre œuvre préférée?

Personnelle : Il y a 4 genoux forts (riches) pour un genou faible (sous-alimenté), 1 main qui aide ou empêche (comme on veut), l'eau s'en va, il n'est pas sûr de boire. C'est un cadre de chaise avec une peinture à l'huile.
Connu : « La Nona ora » sculpture de cire de l'artiste italien contemporain Maurizio Cattelan, ce que j'aime c'est que ça met le pape à la même hauteur que les autres personnes, car lui aussi peut recevoir une météorite comme tout le monde.

Les 4 genoux

La Nona ora



#10 JAVA DANS LES BOIS

21. 22. 23 AOÛT

Les Trico Tagueurs de la Fondation Bon Sauveur se sont donné rendez-vous au bois de Gwérun ce mercredi 19 Août, pour la finalisation de leur projet artistique, commencé aux salles culturelles du Pôle STC.

Cynthia Guyot a encadré cet atelier sur plusieurs semaines (*elle est à l'initiative du projet*). Cynthia fait partie de l'association **la fourmi-e**, dont la mission est de développer des projets autour de la création contemporaine et de la recherche artistique, la diffusion d'oeuvres, ainsi que l'organisation d'événements culturels en milieu rural.

Le formidable travail réalisé par les patients est exposé tous le week-end de la Java Dans Les Bois les 21-22-23 août, merci donc à l'équipe des bénévoles de cette grande fête bégaroise pour leur gentillesse et leur accueil, nous y reviendrons dans quelques lignes.

Mais qu'est ce que c'est le TricoTag ?

L'origine du Trico Tag ou le "Yarn Bombing" est la pratique artistique du moment qui couvre à la fois l'art du textile et l'art de rue. C'est l'américaine **Magda Sayeg** qui en est la précurseur.

Tout a commencé quand elle a décoré la poignée de porte de sa boutique... L'effet est immédiat : aujourd'hui son art s'exporte dans le monde entier. Le succès réside dans le fait que le tricot, qui est habituellement considéré comme une activité réservée à une population "plus ancienne", retrouve un sérieux coup de jeune! Le Trico Tag est donc intergénérationnel.



Magda Sayeg



Trico Tag réalisé par les patients du Bon Sauveur



Cynthia Guyot et les reporters du RamDam



Un petit coin de parapluie
contre un petit coin de paradis



Le montage de la scène



Décoration artisanale
des stands.

Ci-dessous la mascotte
de la 10ème édition
Un cochon "Canon"



Comme nous le disions quelques lignes plus haut, nous avons été accueillis chaleureusement dans le "Catering" par les bénévoles de **la Java Dans Les Bois # 10**. Cette grande fête bégaroise est née de la volonté d'un petit groupe de copains, décidé à promouvoir leur village. Ce Festival se déroule tous les 2 ans! Eh oui, déjà 20 ans que le bois de Gwerun se transforme pour un long week end en un lieu des plus conviviaux. Coup de chapeau au travail de fourmis sur la préparation de l'événement. 15 groupes d'artistes de tous styles sont attendus, mais aussi un crieur de rue, une grimpe d'arbres, une tyrolienne, une initiation au cirque, des jeux en bois, des manèges, un atelier luthier, du maquillage et plein d'autres activités encore. Côté dégustations : ce n'est pas moins de 400 portions servies chaque soir, et avec les crêpes et les galettes c'est 1000 repas par jour. Mais pas de panique, l'équipe de Poupette est là pour vous servir et vous régaler! On n'attend plus que vous pour faire la fête!



Christian prépare l'interview dans le
"Cathering"

Les Tricotageurs qui ont travaillé sur ce projet

Maryvonne, Françoise, Josette, Anne Yvonne, Joëlle, Martine, Marie-Françoise, Nelly, Marie, Edouard, Isabelle, marie-Thérèse, Anne-Marie, Cécile, Thérèse, Virginie, Marion, Thérèse, Paule, Tatiana, Jocelyne (F.A.M.), Maryvonne (C.M.P.)
Emmanuelle, Marie-Paule, Coralie (Paimpol)
Marion, Virginie (Tréguier)

Prendre l'air

Venez découvrir Billiers



Sylvain

Pendant notre séjour nous sommes allés visiter le centre ville notamment l'ancienne abbaye fondée en 1252.

Cette abbaye possède une grande tour carrée de 30 mètres qui offre une superbe vue à 360° sur le panorama. (Sylvain)



BILLIERS

Ce lieu est ouvert à tous vous pourrez y réserver vos vacances

Note des reporters ★★★★★



Jocelyn

Le zoo de Branféré est très étendu car les animaux qui y vivent ont besoin de beaucoup d'espace. Nous avons vu des girafes. Le plus de ce zoo est le dresseur d'oiseaux qui réalise des exercices de voltige avec ces animaux.



Nelly

Nous vous conseillons la visite de l'immense ferme bio, qui propose la vente de légumes, d'œufs, de poulets, de spécialité locale, des fleurs et des plants de légumes.

A ne surtout pas manquer:

Le couvoir des poussins saura vous attendrir, vous rencontrerez "les cous nus".

Note des reporters : ★★★★★

Pour un Week end et plus, cette sortie ravira un large public
Contact: 02 97 48 61 61

PLAN DU CENTRE

LOCALISATION

Gîte de groupes "LE CHATEAU"

Centre de Réadaptation de Editeurs

Venez découvrir notre gîte

REZ DE CHAUSSEE

TARIF

2 adultes: 174 € en 7J/7

2 à 4 personnes: 214 € en 7J/7

Non loin de là se trouve Vannes, la ville aux nombreuses rues piétonnes surplombées par de très vieilles maisons bretonnes aux poutres apparentes. Vous pourrez également faire un tour au marché et découvrir le cœur de cette ancienne forteresse.



VANNES

Mais avant tout, les reporters du RamDam ont eu le privilège de rencontrer la plus grande star de la ville, trois mètres de longueur. Oui, nous avons décroché une interview exclusive avec "Eléanor"!

C'est en 1984 que ce jeune crocodile du Nil (Egypte) est découvert et capturé dans les égouts de Paris. Vous l'avez sûrement vu à la télévision car cette incroyable histoire a fait le tour du monde! "Eléanor" ce grand voyageur nous confie que son rêve était de poser ses valises en Bretagne! C'est chose faite puis qu'il vit aujourd'hui à l'aquarium de Vannes.



Eléanor la star Croquante



Les reporters

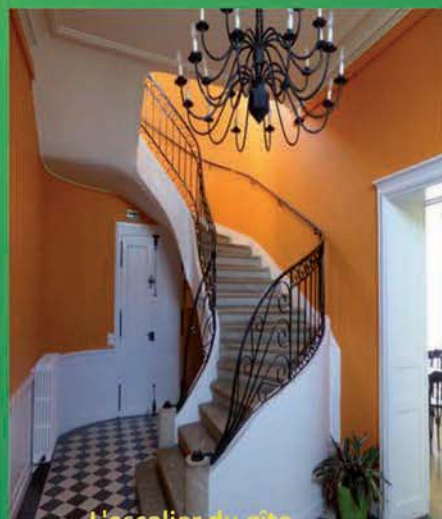
Christian : Je suis content de ce voyage, ça rattrape mon séjour de juillet pas adapté pour moi. Là, j'étais calme, zen tous les jours, je suis prêt à repartir. Ma meilleur note c'est pour la chapelle, cette tour.

J'ai apprécié le bord de plage, de sentir la puissance de l'océan.

Robert : Ce que je retiens de mon séjour, c'est que je me suis surpris moi même à pouvoir monter jusqu'en haut de la tour pour admirer la vue sur Billiers, j'ai vaincu ma peur du vide, ça m'a redonné confiance en moi!

C'est un voyage formidable... et dire que j'hésitais pour y aller, que de bons souvenirs!

C'était mes toutes premières vacances.



L'escalier du gîte



Aimé : Je trouve que le séjour était trop court même si nous avons fait pleins d'autres choses! Nous ne pouvons pas raconter tous ce qu'il y a à faire à Billiers,

laissons une part de découverte aux futurs visiteurs. J'étais cool, moi qui suis généralement anxieux, j'ai oublié la télé, j'ai apprécié la tisane du soir.

J'ai mangé chez Mac Do pour la première fois! J'en suis ravi!



Elie : Pour moi aussi, c'était la première fois que je partais en vacances!

Super! Formidable! Je suis très content!

Il est vrai que la tour est impressionnante, je serais bien resté plus longtemps là haut.

J'ai découvert le GPS! Plus besoin de cartes! C'est bien, le progrès!

Danielle et Olivier :

Préparer un séjour thérapeutique demande un investissement, une disponibilité, mais le retour positif de ce groupe ne peut que renforcer notre motivation pour renouveler un séjour avec d'autres patients afin de poursuivre le dynamisme, l'envie de partager, de repartir... Aujourd'hui encore le groupe "2014" s'exprime toujours sur ce séjour

"C'était bien, nous étions une famille"



Agnès Méheust, passionnée d'histoire, et le CATTP de Bégard nous racontent:
Le Domaine de la Roche-Jagu

Le Château de la Roche-Jagu

LE CHATEAU DE LA ROCHE JAGU est la propriété du Conseil Départemental . Il fut légué par le Vicomte d'ALES . Il a été entièrement restauré de 1958 à 1968. Un premier château fut construit par JAGU vers la fin du XIe Siècle. Il fut détruit au cours de la guerre de succession de Bretagne (1341-1365) et remplacé au début du XVe siècle par un grand logis fortifié. C'était alors **CATHERINE de TROGUINDY** qui était propriétaire des lieux.



Le château (*classé depuis 2005*) est situé en hauteur, lui permettant d'avoir un point de vue sur les alentours et notamment sur le fleuve , qu'il était autrefois chargé de surveiller.

Des visites et des événements culturels ont lieu une grande partie de l'année.

Le Jardin

est un lieu de promenade au travers des espaces multiples, créations inspirées de l'époque médiévale.

Conçu et imaginé par l'architecte -paysagiste Bertrand PAULET à la suite de l'ouragan qui dévasta une bonne partie de la Bretagne en octobre 1987, le parc, en accès libre et gratuit tout au long de l'année, s'étend sur plus de soixante -dix hectares et se compose d'une grande diversité de milieux et de paysages dont la préservation revêt un intérêt majeur. Végétaux ornementaux ou flore indigène, palmeraie avec ses palmiers et bananiers (véritable oasis bénéficiant du courant chaud du GOLF STREAM) , jardin des simples, potager médiéval, jardin d'agrément, landes littorales et espaces boisés sont les éléments constitutifs d'une biodiversité favorisée par des pratiques d'écogestion.

EN 2013 le CATTP de BEGARD a mis en place un atelier PATRIMOINES ET SORTIES

L'idée est venue de faire connaître notre région du TREGOR avec la participation des membres du groupe

Janine, Martine, Gilles, Jean-Louis, Paul, Serge, Daniel et Agnès. Certains d'entre- eux connaissaient déjà les lieux où ils sont nés, ont grandi et se sont installés. Au mois de juin 2015, nous avons prévu la sortie au château de la ROCHE JAGU.

Jean-Louis nous a appris qu'il y avait vendu des extincteurs dans une époque ancienne.

Paul y avait déjà été lors d'une sortie scolaire.

Pour beaucoup, c'était l'occasion de découvrir ou de redécouvrir cet endroit magnifique.



EXPOSITION DE PLANTES MEDICINALES

Au début du parcours, l'exposition accueille le visiteur à travers des mises en scènes surprenantes alliant images ludiques, parfums divers et objets de collections. Le visiteur est plongé dans le monde fascinant des plantes médicinales .

L'histoire de la pharmacopée végétale évoque l'usage des plantes dans les premières civilisations (*La Grèce antique , la Mésopotamie , l'Egypte ancienne, la Chine , et l'Inde*).

En Occident, les théoriciens antiques s'y intéressent, les étudient les identifient en les répertoriant selon leurs vertus.

Les principales connaissances de cette science sont ensuite traduites et mises à disposition des savants arabo-persans. Ils seront les acteurs des grands progrès réalisés en matière de pharmacologie et de médecine du Moyen-Age.

Plus tard, en Europe occidentale, les moines traduisent, recopient une part de ces enseignements, et les appliquent dans les soins qu'ils prodiguent aux pauvres et aux malades.

Ils cultivent eux-mêmes des "simples", plantes de base de la pharmacopée au Moyen Age, dans des jardins disposés en carrés, ou herbarius.

Cette séquence , au cœur de l'exposition , explore l'usage des plantes dans la médecine populaire.

La majorité du peuple se soigne grâce à des remèdes transmis oralement, en utilisant les plantes dans des préparations simples et faciles à fabriquer.

L'ambiance fait appel à l'imaginaire commun et insiste notamment sur le monde de la sorcellerie.

Ces recettes basées en partie sur les propriétés connues des plantes font appel aussi aux forces divines et à la magie....

Agnès



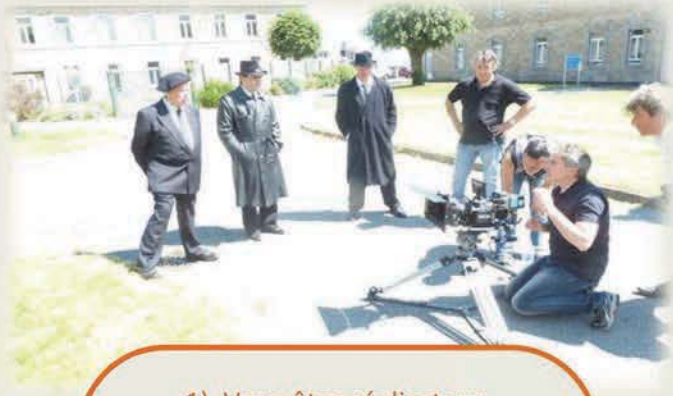
la palmeraie



Le port



Silence on tourne



1) Vous êtes réalisateur, scénariste, auteur, n'est-il pas trop difficile de conjuguer les 3 à la fois?

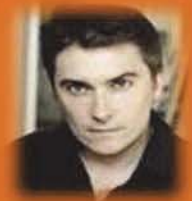
Dans mes deux premiers films j'étais acteur et réalisateur, il est difficile d'avoir le recul pour porté un regard critique. Le réalisateur prend du plaisir à regarder et diriger les acteurs, saisir la sensibilité dans leur regard, de la lecture du texte au tournage d'une scène. Ce n'est pas forcément des personnes les plus à l'aise que l'on ressort les émotions les plus justes. Parfois les gens timides sont plus proches du résultat souhaité.

2) Quel est votre parcours ?

Je suis né à Gommenec'h . Tout petit je rêvais de devenir comédien, même si mon entourage n'y était pas favorable. J'ai fait mes études d'informatique à Lannion puis à Rennes. Je suis parti à Paris pour intégrer une école de théâtre où j'ai suivi ma formation au "cours Florent" en dehors de mes heures de travail d'informaticien. Très tôt, l'écriture de scénarios d'aventure, de théâtre, me plaisait, mais je faisais des fautes d'orthographe et du coup le regard des autres me gênait ce qui me gâchait un peu le plaisir d'écrire. Le fait de devenir réalisateur m'a libéré de ce souci car on ne voyait plus mes fautes d'orthographe mais seulement ce que je voulais faire partager.



Le Réseau Shelburn



Le nouveau film de Nicolas Guillou

3) Avez-vous une préférence entre ces 3 métiers ?

Réalisateur parce qu'il faut imaginer la scène avant de l'écrire. La caméra doit retranscrire ce qu'on voit dans sa tête. Il faut provoquer l'inspiration pour la concrétiser.

4) Votre nouveau film parle du "Réseau Shelburn", êtes vous un passionné d'histoire ou y a t-il une autre raison?

Oui je suis un passionné d'histoire, mes grands parents me parlaient souvent de la guerre, le souvenir de la peur et de la souffrance. Depuis que j'ai mes enfants, cette période de notre histoire m'interpelle d'avantage. L'idée de résister, oeuvrer pour la vie... il est important de ne pas oublier



De plus, le sujet de ce film "Le réseau Shelburn", l'idée de combattre le mal plutôt que l'individu, me séduit.



7) Comment réalise-t-on un film ?

C'est selon les idées qui nous viennent, on écrit les scènes dans le désordre. Il y a un numéro par séquence. Sur la structure du scénario, c'est toujours un peu pareil et ça, depuis l'Antiquité grecque... "On fait monter la tension vers un "Vont-ils y arriver"?"

5) Pouvez-vous nous parler de votre film ?

Le film rend hommage aux femmes. L'héroïne du film, Marie-Thérèse (*interprétée par mon épouse*), n'avait que 19 ans pendant les faits ! Où allait elle chercher sa force et son courage? Shelburn était un réseau d'évasion par mer pour les aviateurs anglais et américain, financé par les Alliés. Ces pilotes transitaient sur Paris puis quittaient le pays par l'anse du Cochat à Plouha. Cette plage est un lieu rocheux qui empêchait les sous-marins allemands d'y accoster. Des vedettes rapides de la Royal Navy étaient chargées de rapatrier les agents et pilotes en Angleterre. (*Anecdote: une des personnes qui guidait ces vedettes se nomme David Birkin, le papa de Jane Birkin*). Une scène importante du film se passe dans un hôpital à Paris, elle sera jouée ici à la Fondation Bon Sauveur de Bégard, car l'endroit s'y prête. Le Réseau Shelburn retrace la vie de ces résistants, qui pendant l'occupation, ont sauvé 147 personnes au péril de leur vie.

6) Y a-t-il une part de fiction ?

C'est un film très historique inspiré à 90-95% de faits réels et validé par le ministère de la défense. Il y a eu beaucoup de recherches sur les écrits d'historiens, sur les mémoires, dans les musées. Je me suis intéressé à "L'homme" en tant que tel, alors j'ai pensé à cette fille Marie-Thérèse, 19 ans à l'époque... c'est dommage qu'elle n'ait pas d'ami!

alors je lui invente un compagnon. "Monsieur travaille dans les champs, il est paysan et va rentrer dans la résistance".

8) Quel budget pour ce film ?

Pour un film le budget moyen est de 5 à 6 millions € et parfois oscille 30 et 40 millions €. Ce film coûte 32 000 €, c'est pas cher ! Pourquoi? Nous sommes une société, nous possédons tout le matériel de cinéma, on est bien équipé ! Nous disposons du matériel informatique performant pour les effets spéciaux et la technique utilisée dans "Avatar" de James Cameron pour matérialiser des avions en 3D. Bien sûr il y a eu un investissement au départ mais c'est pour un travail à long terme.

Une des raisons de ce faible coût est dû au fait que l'on travaille beaucoup avec des bénévoles passionnés, d'intermittents du spectacle, et tous portent ce projet. (Nicolas Guillou)



Le RamDam ira prochainement visiter les studios de production du film.

Le Réseau Shelburn sortira en Août 2016 et sera diffusé plus tard dans les salles de cinéma.

Rendez-vous dans notre prochain numéro pour cet événement.

PAIMPOL
PEMPOULL
14-15-16
AOUT | A VIZ
EOST
2015

FESTIVAL DU
CHANT DE MARIN
MUSIQUES DES MERS DU MONDE
GOUEL KAN AR VARTOLODED
SONEREZHIOÙ MORIOÙ AR BED



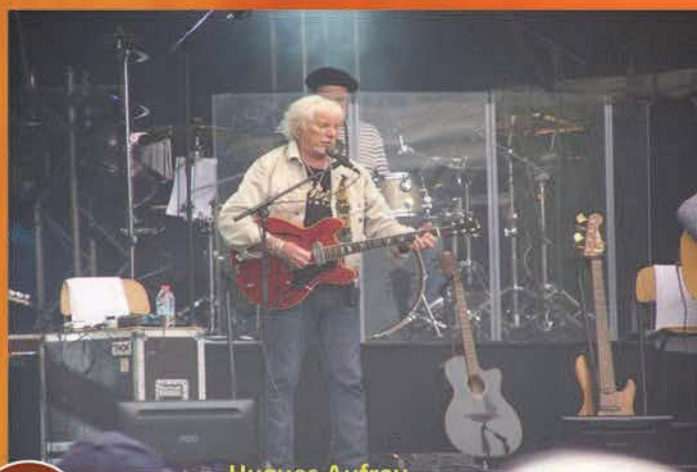
Paimpol Les musiques et chants du monde

Pour la 12^{ème} édition du Festival du Chant de marin de Paimpol, Le RamDam est venu découvrir le thème 2015 : "Vers les îles..." Cet évènement maritime unique au monde, regroupe des artistes connus, des chanteurs amateurs et des centaines de bateaux anciens. 160 groupes de musiques et de chants du monde entier ont mis des notes de couleurs exotiques dans le vieux port...

Nous avons souhaité rencontrer **Hugues Aufray** qui inaugurerait le Festival de chant marin devant plus de 10 000 personnes. Hugues Aufray, 86 ans n'était jamais venu dans la cité portuaire.

Sous une pluie battante "Le troubadour Moderne" comme il aime se nommer, est entré sur scène et... la pluie a cessé, comme un bon présage. Il nous a chanté ses nouvelles chansons, très rythmées, très rock, puis les plus connues. Il nous avait confié que *"Santiano était ici comme un hymne pour la Bretagne et ses marins, qu'elle ressemblait au peuple breton, c'est une chanson de liberté."*

Hugues Aufray nous a fait un clin d'oeil en interprétant au biniou "J'aime Paimpol et sa Falaise", arborant sur ses épaules un drapeau breton.



Hugues Aufray
(début du concert)



Le Port



Les marins d'Iroise



Groupe amateur





Claude

J'ai aimé le concert, j'ai été ému aux larmes. Quel artiste ! il nous a fait chanter, danser... Ce concert il restera longtemps dans ma mémoire et dans mon coeur. Rien que d'y penser j'ai les larmes aux yeux Wahooo! Hugo Aufray c'est un "extra-terrien"



Patrick

J'ai été très impressionné par le nombre de personnes présentes aux Chants de marin. Hugues Aufray est incroyable! Même si ce n'est pas mon chanteur préféré, sa musique et ses paroles sont touchantes. J'aimerais avoir sa pêche à 86 ans.



Jocelyn

Je suis très surpris du nombre de bateaux, de personnes, de groupes musicaux multicolores. J'ai découvert Hugues Aufray. Quelle énergie, quelle belle voix qui porte, comme un capitaine de bateau. Je suis vraiment content de cette journée!



Christian

J'ai été impressionné par le nombre et la beauté des bateaux, il y en avait 200. Pour le concert j'étais juste devant la scène! C'était chouette! Hugues Aufray : qu'il est jeune pour 86 ans! J'ai découvert un personnage attachant que je ne connaissais pas. Si un jour il repasse dans le coin, je conseille à tous d'aller le voir. A découvrir ou redécouvrir.



William

C'est la première fois que je viens au festival du chant de marin et je suis surpris par la qualité des spectacles Bravo Paimpol



Les reporters sous la pluie



Environ 130 000 personnes sont venues au Festival de Chant de marin



De magnifiques bateaux



Soigneur au Zoo de Trégomeur



Benjamin Responsable
soigneurs



1) Il y a t'il différents types de soigneurs dans un zoo ?

Oui, il y a deux sortes de soigneurs : les soigneurs animaliers et les animateurs pédagogiques.

2) Il y a t'il un soignant sur place, la nuit ?

Non, il n'y a pas de soigneurs pendant la nuit, seuls les stagiaires restent sur place.

3) Quelle est la journée type pour un soigneur ?

La journée type d'un soigneur commence à 9h00, c'est la distribution des repas pour les animaux. La nourriture est transportée sur les petites voitures. Puis vient l'heure des soins d'hygiène (nettoyer, ramasser les crottes...). Ensuite il y a les soins médicaux et en soirée nous préparons les repas du soir et du lendemain matin. Enfin vient le temps du coucher, ce n'est pas un moment facile ! Les félins n'en font qu'à leur tête.... Pour les horaires, c'est de 9h00 à 19h00 en été et 9h00 à 17h30 l'hiver.

4) Est-ce que ce métier est une vocation ?

Oui et il faut vraiment aimer les animaux !

5) Quel est le cursus scolaire et la fourchette des salaires d'un soigneur ?

Bac pro agricole spécialité Zoo, ou contrat professionnel, ou encore une formation pour adulte en 7 mois. Le salaire correspond au SMIC.

6) Il y a-t-il des accidents de travail ?

Oui, parfois des morsures, des attaques, ou plus "bêtement" avec des outils!

7) Il y a t'il des précautions à prendre avec les animaux, si oui lesquels ?

Oui, certains animaux sont dangereux : le bec des cigognes, les griffes et crocs des fauves, les coups de sabots et les singes imprévisibles avec leur grandes canines !

8) Il y a t'il des normes de sécurité à respecter pour les soigneurs ?

Le personnel est vacciné, il faut suivre les protocoles de sécurité pour les animaux dangereux et nous restons en contact avec nos talkie walkies.

9) Combien de métiers et personnels il y a t-il dans le zoo ?

Il y a 4 soigneurs, 1 responsable soigneur, 2 à 3 stagiaires, 1 cuisinier, 1 personne à l'accueil, 1 responsable administratif et 1 directeur. Il n'y a pas de bénévoles.

10) Combien y a t'il d'animaux dans le zoo ?

Beaucoup!

11) Quand endort-on les animaux ?

Juste pour les interventions médicales.



12) Les animaux se reproduisent-ils au zoo, et si oui est-ce rare ?

C'est fréquent et selon les espèces. Les champions de la natalité sont les singes. La contraception est de rigueur.

15) Comment se passe une naissance?

La plupart du temps nous laissons faire la nature, si nécessaire nous appelons le vétérinaire.

16) A t'il une nourriture spécifique par espèce animalière ?

Oui il y a une nourriture spécifique pour chaque espèce.

18) La nourriture est t'elle coûteuse?

Oui très couteuse, 800€ par semaine rien qu'en fruits et légumes. Le Lori consomme un mélange d'insectes et de fruits qui coute 75€ les 500 g.

19) Tissez-vous des liens avec les animaux et mettez vous une limite?

Oui nous tissons des liens avec les animaux et nous nous imposons des limites pour notre sécurité. Chaque soigneur a son animal préféré, moi c'est le tigre, je le trouve beau il a une force incroyable!

20) Les animaux vivent-ils plus longtemps au zoo qu'en liberté?

Oui presque le double! Mamie Gibbons a 50 ans, dans son milieu naturel elle ne vivrait pas plus de 28 ans.

Le tigre a 13 ans, rares sont les tigres en liberté qui dépassent les 6 ans.

23) De quels pays viennent les animaux et ont-ils du mal à s'acclimater ?

Ils viennent d'Europe de l'est et n'ont aucun mal à s'acclimater puisque nés dans des zoos.

24) Il y a t'il des animaux qui hibernent au zoo ?

Seulement les chiens Viverrin.

25) La population des animaux du zoo est-elle jeune ou vieille ?

De la naissance à 50 ans.

26) Les animaux sont-ils remis un jour en liberté, ou ont-ils un parcours déjà tout tracé?

Non les animaux naissent et meurent au zoo à 99%. Un faisan a été libéré.

27) Avez vous une idée sur le taux de fréquentation du zoo?

Entre 80 et 90 000 visiteurs par an.



Elle s'appelle Pauline

Pour notre dernier reportage de l'année, nous sommes allés rencontrer Pauline! mais qui est cette Pauline?

1) Pourquoi cette chaloupe s'appelle Pauline ?

Le premier propriétaire, Hyppolite Guimard, rebaptise en 1901 la chaloupe "Pauline " en hommage à sa petite fille décédée à l'âge de 7 ans.

2) Quel est l'âge et l'histoire de ce bateau ?

La version d'origine de la chaloupe a navigué pendant 35 ans avant de faire naufrage. C'était un bateau de pêche et de **pilotage*** puis un goémonier. La Pauline d'aujourd'hui a 24 ans et elle est réservée à la promenade. Elle a été recréée en 1989 pour le concours de Brest 92 à partir de photos, cartes postales, témoignages...

Il a fallu faire appel à un architecte naval pour réaliser les plans.

Remise à l'eau en 1991, elle remporte la seconde place de sa catégorie au concours de Brest.

3) Quelle peinture avez-vous utilisée ?

C'est une peinture mat, spéciale marine, contre la dépose d'algues et de coquillages. (Antifouling)

4) Combien a coûté ou coûte aujourd'hui La Pauline?

La rénovation de la Pauline a coûté 120 000€, elle est estimée aujourd'hui dans les 180 000€.

5) Combien de temps pour la rénover?

Il a fallu 2 ans pour la rénover :
1 an 1/2 pour la construire
6 mois pour les tests en mer.

6) Combien de personnes peuvent naviguer à bord?

12 membres d'équipage

7) Combien de personnes forment l'équipage?

2 personnes au minimum

Un bateau pilote a, à son bord, un marin d'expérience qui connaît parfaitement les pièges d'un chenal.

Il guide les bateaux venant d'ailleurs jusqu'au port ou vers le large.



La Pauline rentre au port de Dahouët



Les 3 plus fidèles compagnons de la Pauline



Pêche au filet

9) La Pauline est-elle faite pour naviguer en rivière ?

La Pauline peut naviguer en rivière et l'a déjà fait, mais ce n'est pas son objectif.

10) La Pauline navigue pour se promener ou pour pêcher ?

Elle navigue principalement pour la promenade, mais peut à l'occasion sortir les cannes à pêche.

11) Depuis quand existe votre association ?

Nous l'avons créée en 1989, elle a donc 26 ans.

12) Etes vous nombreux ?

Oui, nous sommes 140 membres permanents, 500 sur l'année.

13) Participez vous au fêtes maritimes locales ?

Oui, on participe aux fêtes de la morue, de la coquille saint Jacques , **des chants de marin de Paimpol.**

14) La Pauline a-t-elle essuyé une tempête ?
Oui, plus d'une fois.

15) Naviguez-vous avec des cartes marines ou avec un GPS ?

Nous naviguons avec les deux.

16) Comment lit-on une carte marine ?

Une carte marine a une légende avec de nombreuses icônes . On peut y lire les profondeurs à la plus basse mer, les courants à mi-marée, les voies de navigation... Ce n'est pas facile, mieux vaut connaître le code maritime.

17) Il y a-t-il des outils de communication à bord ?

Oui, les Pavillons (*petits drapeaux*) forment un langage codé, nous avons la VHF (*radio*) et le radar nous informe des obstacles.



Caractéristiques du bateau

Longueur : 9,48 m
Largeur : 3,45 m
Tirant d'eau : 1,80 m
Déplacement : 11 tonnes

18) Il y a-t-il un moteur ?

Oui, car c'est fortement conseillé pour manœuvrer dans les ports.

19) Avez vous des subventions pour votre association ?

Oui, nous avons une aide de la commune pour les travaux , l'entretien du bateau et pour la sécurité à son bord.



Sortie à bord de La Pauline, tous les jours au port de Dahouët, quai des Terre-Neuvas. Embarquements environ 1 h 30 avant la pleine mer.

Réservations au 02 96 63 10 99 ou www.lapauline.com. Tarifs : adhésion à l'association 20 € + participation aux frais 12 € la demi-journée, gratuit pour les enfants (- 8 ans).

Système de gonflage automatique des gilets de sauvetage





Cuisiner avec Aurore

Le pot au feu de Saint-Bernard

Recette du pot au feu de Saint Bernard

Pour 8 personnes

Liste des ingrédients

Carottes 1 kilo

Navets, environ 1 petit navet par personnes

Pommes de terre, 1 à 2 pommes de terre par personne

Poireaux (3 gros poireaux)

Oignons, (2)

céleri

bouquet garni

Chou (facultatif)

Poivre (quantité selon vos goûts)

Sel (1 pincée)

1 cube de Kuba or

Viande de bœuf (paleron) la quantité est à définir selon votre appétit!!

Saucisse 1kg

PREPARATION :

Remplir 2 grandes casseroles (type fait tout) d'eau,

la quantité d'eau varie en fonction

de la quantité de viandes et de légumes.

Rajouter le Kub or, le poivre et le sel.

Porter à ébullition.

Eplucher et laver les légumes.

Mettre la saucisse que vous aurez piquée auparavant dans une casserole d'eau bouillante.

Mettre la viande de bœuf dans un fait tout, le bouillon doit être en ébullition.

Mettre le bouquet garni dans le bouillon.

Selon vos goûts, vous pouvez rajouter un chou, l'idéal est de le couper en 2 voire en 4.

Mettre les carottes dans le bouillon, les couper pour faciliter la cuisson.

Rajouter les navets dans le bouillon (s'ils sont petits les laisser en entier).

Puis rajouter les pommes de terre.

Terminer par introduire les poireaux dans le bouillon.

NB: IL est important de respecter l'ordre d'introduction des légumes, car chaque légume cuit de manière différente.

Nous avons utilisé le reste du bouillon comme soupe. Vous pourrez l'agrémenter de perles du Japon, de vermicelles....

Astuces: vos légumes sont cuits si la lame de votre couteau rentre sans résistance dans la chair de vos légumes.



Mots mêlés

L	E	O	P	A	R	D	S	I	N	G	E
O	O	C	A	R	P	E	R	P	O	R	R
U	I	R	N	O	A	P	U	C	V	U	I
T	S	D	T	S	E	I	O	E	K	E	A
R	E	R	H	B	I	C	H	E	O	E	D
E	A	A	E	P	I	C	A	R	A	T	A
S	U	N	R	L	A	P	I	N	L	I	M
C	X	E	E	P	O	U	L	E	A	G	O
P	E	R	R	O	Q	U	E	T	S	R	R
F	L	A	M	A	N	T	R	O	S	E	D

Quel animal se cache ? à vous de le découvrir

LEOPARD -
PANTHERE
SINGE - OURS -
OISEAUX - PAON -
BICHE
DROMADAIRE -
RENARD - KOALA-
CHEVRE-FLAMANT
ROSE -CANARD -
LOUTRES - TIGRE -
PERROQUET -
POULE - CARPE -
GRUE - LAPIN -
OIES - RAT



Le mot des reporters :

William / Christian / Elie

Première expérience pour nous 3, cette activité nous a beaucoup plu.
Nous avons pris de l'assurance, une confiance, c'est très intéressant.

Claude

Pour moi, c'est une réussite, j'ai découvert que je n'ai plus peur de la foule.
Aujourd'hui je n'ai plus d'appréhension, plus d'angoisses pour les interviews et ça je n'oublierais jamais.
Auparavant je n'aurais jamais fait cela à l'extérieur.

Jocelyn / Patrick

Etre reporter demande de la concentration, il faut s'impliquer et nous en avons pris le goût.
Nous nous cultivons, c'est aussi des temps d'échanges dans un lieu convivial et apaisant.
C'est un engagement, parfois on ne veut pas venir, alors on se motive et l'on ne regrette jamais d'être venus

Jouons ensemble

Collez votre nez contre l'image,
louchez puis éloignez vous
doucement

Le bon code

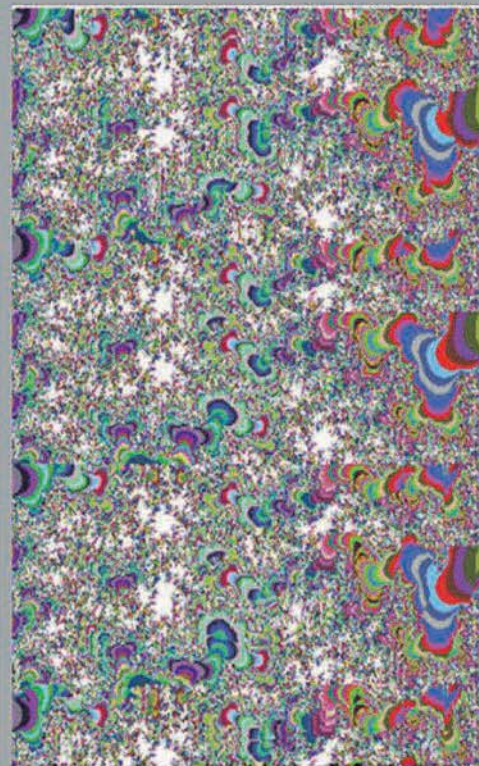
Que voyez vous ?

Deux chiffres présents mais mal placés.	↔	8	<input type="checkbox"/>
Deux chiffres bien placés.	↔	7	<input type="checkbox"/>
Un chiffre bien placé.	↔	9	<input type="checkbox"/>
Un chiffre présent mais mal placé.	↔	5	<input type="checkbox"/>
Un chiffre bien placé.	↔	7	<input type="checkbox"/>
		3	<input type="checkbox"/>
		6	<input type="checkbox"/>
		2	<input type="checkbox"/>
		8	<input type="checkbox"/>
		3	<input type="checkbox"/>
		7	<input type="checkbox"/>
		4	<input type="checkbox"/>
		4	<input type="checkbox"/>
		1	<input type="checkbox"/>
		9	<input type="checkbox"/>
		8	<input type="checkbox"/>
		9	<input type="checkbox"/>

Mémé Marguerite
a cueilli 4 pommes
pour ses 5 petits enfants.
Comment va-t-elle faire
pour partager
équitablement ?

On me pose sur la table,
on me coupe, on me sert
et pourtant personne
ne me mange.
Qui suis-je ?

Avec un E,
je fais des taches,
avec un A,
je sers d'attache.
Qui suis-je ?



Les reporters du Ramdam 2015 remercient :

David, Danielle, Aurore, qui nous ont accompagnés toute l'année.
Les stagiaires : Emilie, Pauline, Marion, Elodie, Marine, Ariane
Marina, Laeticia

Les différents groupes de reporters du RAMDAM

Paimpol : Emmanuelle, Marie Paule, Coralie, Jérôme G, Frédéric, Yannick, Jérôme,

HDJ Add : Sylvaine, Christine, Manu, Thierry

CATTP Bégard : Agnès

Les différentes structures (**FAM, MAS, SAVS, HDJ**) qui nous ont prêté le bus pour les interviews
Au Pôle Argoat et L'équipe STC pour tous les financements qui nous ont été accordés.

Et tous ceux qui ont permis la réalisation de ce numéro 2

**Vous voulez devenir reporter du Ramdam
ou réaliser un reportage :
Contactez David aux salles culturelles
au 3986**