

N° 60  
Août 2022



# AL LOUARNIG

La kazetenn qui fait du reuz !



*Index des annonceurs* ..... 03

*Sommaire* ..... 04

*Agenda du mois* ..... 06

*Oiseaux de la presqu'île* ..... 09

*Tous au Jardin* ..... 10

*Entrepreneur(se) à l'Honneur* · 12

*Communauté de Communes* ..... 13

*Partenaires Sociaux* ..... 14

*Vie de vos Communes* ..... 16

*Buzz des Associations* ..... 18

*Arts & Culture* ..... 22

*Sciences & Environnement* ..... 24

*Santé & Bien-Être* ..... 26

*Infos Pratiques* ..... 28

*Petites Annonces* ..... 30

Distribué  
gratuitement sur :

Argol - Camaret sur Mer  
Crozon - Landévennec  
Lanvéoc - Morgat - Le Fret  
Roscanvel - Tal ar Groas  
Telgruc sur Mer



COM à L'OUEST  
Publicité - Enseigne  
Marquage véhicule  
Impression - Tee shirt ...

02 98 73 58 80  
14 rue de Reims - CROZON  
[www.louarnig.fr](http://www.louarnig.fr)

Les Professionnels à votre Service

espace culturel  
E.Leclerc ESPRESSO  
Cafet'  
E.Leclerc DRIVE  
JARDI  
l'auto  
optique  
parapharmacie

**CROZON**

espace culturel  
MORGAT  
EXPRESS DRIVE

**E.Leclerc**  
Presqu'île de Crozon

<https://www.facebook.com/LeclercCrozon/>  
<http://www.e-leclerc.com/crozon>

**LIQU SPA FINISTERE**

**Notre SHOWROOM**  
route de Dinan à Crozon  
vous accueille  
**du mardi au samedi**  
**7j/7 sur rendez-vous**  
au 06 77 16 87 94

- ♻ SPA/ POLYSPA/SAUNA
- ♻ Aménagement de terrasse
- ♻ Projet 3D
- ♻ Mobilier Outdoor /Décoration
- ♻ Entretien Spas/Piscines
- ♻ WATER SERVICE

**LE BONHEUR DE MANGER FRANÇAIS SANS DÉPENSER PLUS !**

**100% ORIGINE FRANCE**

**RETRAIT EN MAGASIN**

Commandez en ligne,  
**RÉCUPÉREZ VOS COURSES SOUS 2 HEURES\* !**  
ecomiam.com

6 Ter Bd Pierre Mendès France - 29160 Crozon - 02 98 86 47 25 - [www.ecomiam.com](http://www.ecomiam.com)



## Index des annonceurs

<b>Com à l'Ouest - Crozon</b> - Studio graphique / Imprimerie / Reprographie.....	Page 15
<b>Connect - Crozon</b> - Informatique / Téléphonie.....	Page 29
<b>Crozon Miam / Ecomiam - Crozon</b> - Produits surgelés.....	Page 02
<b>Cycles du Bout du Monde - Crozon</b> - Vente, entretien et location de vélos.....	Page 05
<b>Eric Emery - Propriétés-Privées.com - Camaret</b> - Agent Immobilier.....	Page 29
<b>Entré Libre - Crozon</b> - Chaussures / Accessoires.....	Page 32
<b>La Rade - Lanvéoc</b> - Restaurant / Bar / Grill.....	Page 32
<b>Le Bois d'Olivier - Crozon/Kerdanvez</b> - Ebénisterie / Menuiserie.....	Page 31
<b>Le Breton Laveur - Crozon</b> - Nettoyage intérieur-extérieur / Particuliers & professionnels.....	Page 05
<b>Leclerc Culturel - Crozon</b> - Alimentation / Automobile / Culture / Parapharmacie / Optique.....	Page 02
<b>Les Embruns - Camaret</b> - Crêperie / Glacier.....	Page 05
<b>L'Esperluette - Crozon</b> - Lecture / Correction / Réécriture.....	Page 29
<b>Liou Spa Finistère - Crozon</b> - Spa / Bassins de nage / Décoration / Outdoor.....	Page 02
<b>LVC Metallerie - Kerdanvez</b> - Soudure / Travail du métal.....	Page 21
<b>Mick Binet - Roscanvel</b> - Abattage / Dessouchage / Arrachage de haie.....	Page 11
<b>Modus Architecture Intérieure - Crozon/Morgat</b> - Architecte d'intérieur.....	Page 31
<b>Petit Jean du Jardin - Presqu'île de Crozon</b> - Création et Aménagement de jardins.....	Page 11
<b>Poterie Philippe - Crozon</b> - Céramique artisanale.....	Page 05
<b>Presqu'île Rénovation - Lanvéoc</b> - Rénovation des intérieurs.....	Page 31
<b>RéNova - Crozon</b> - Rénovation et décoration intérieurs.....	Page 29
<b>RTM - Roscanvel</b> - Fenêtre / Portail / Portes / Carport.....	Page 14
<b>Serge Kergoat - Camaret sur Mer</b> - Dessinateur / Photographe animalier.....	Page 30
<b>Ti Billig - Roscanvel</b> - Crêperie - Bar.....	Page 29
<b>Ty Clic Photographie - Presqu'île de Crozon</b> - Photographies - Portrait - Mariage - Reportage.....	Page 21
<b>Vandenbroucke Sarl - Lanvéoc</b> - Peintre en bâtiment / Sols.....	Page 31

**Vous êtes dirigeant d'une société, d'un commerce, artisan, entrepreneur individuel ...  
et vous souhaitez être présent comme annonceur dans une de nos prochaines parutions ;  
contactez-nous par téléphone au 02.98.73.58.80  
ou par mail sur [allouarnig@comalouest.fr](mailto:allouarnig@comalouest.fr)**

Pour recevoir «Al Louarnig» directement à votre domicile, veuillez nous communiquer vos coordonnées postales complètes (nom, prénom, adresse, code postal, ville) accompagnées d'un chèque à l'ordre de Com à l'Ouest, en règlement de votre abonnement trimestriel (3 numéros) - semestriel (6 numéros) ou annuel (12 numéros).

Adresse postale : Com à l'Ouest - 3 venelle du Penker - 29570 Roscanvel  
Courriel : [allouarnig@comalouest.fr](mailto:allouarnig@comalouest.fr)

**Tarifs abonnements (Frais d'envoi) : 3 numéros : 9.50 € - 6 numéros : 19.00 € - 12 numéros : 38.00 €**



# Sommaire

## Ça se passe en Août

Agenda ..... Page 06

## Oiseaux de la Presqu'île

Le Verdier d'Europe ..... Page 09

## Tous au Jardin

L'agenda des travaux du jardin..... Page 10

## Entrepreneurs.euses à l'honneur

Manéo OPTIQUE - AUDITION ..... Page 12

## Communauté de Communes

Appel à vigilance sur la consommation d'eau ..... Page 13

## Partenaires sociaux

Etablissement Français du Sang..... Page 14

Secours Catholique ..... Page 14

## Vie de vos communes

Camaret..... Page 16

Landévennec..... Page 17

## Buzz des Associations

Danse 2000 ..... Page 18

Vélo sport de la Presqu'île de Crozon ..... Page 19

Kaniri ar mor ..... Page 19

Yakadanse ..... Page 20

AVPR ..... Page 20

## Arts & Cultures

BZK présente : ROTOR VS ROBOT + MIAOU MIAOU ..... Page 22

Espace Culturel Leclerc : la Sélection du mois ..... Page 23

## Science & Environnement

L'essentiel de l'eau brute en Bretagne est prélevé en surface ..... Page 24

## Santé & Bien-être

Objectif summer body : tous égaux face à la perte de poids ?..... Page 26

## Infos Pratiques

Infos pratiques ..... Page 28

Petites annonces ..... Page 30

Al Louarnig est un journal d'informations qui vous est offert par les professionnels locaux. Il est à votre disposition gratuitement dans les principaux lieux d'accueil du public (restaurants, commerces, campings, mairies, offices de tourisme, bureaux de poste ... )

Conception maquette, graphisme et mise en page : Com à l'Ouest - 3 venelle du Penker - 29570 Roscanvel - 02 98 73 58 80.

Impression : Imprimerie du Commerce - Quimper  
Tirage : 5000 exemplaires.

Directeur de la publication : Max Vautier

Le journal «Al Louarnig» ne peut être tenu pour responsable d'éventuelles modifications de contenu ou des offres des annonceurs présents dans ces pages et décline toute responsabilité concernant les erreurs typographiques.

Tous droits réservés. La reproduction même partielle de tout article, annonce ou visuel publié dans le journal «Al Louarnig», sans autorisation écrite de la part de l'auteur ou de l'éditeur est strictement interdite.

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



## Les Professionnels à votre Service

### POTERIE PHILIPPE



Abats-jour, appliques, bijoux, luminaires, miroirs, crèches...

**Boutique éphémère**

62 rue Alsace Lorraine - CROZON

Tél : 02 98 27 30 44 - 07 80 49 23 71

### Les Embruns

**Crêperie - Glacier**

*Services midi et soir  
tous les jours de la semaine  
et toute l'année*

Exposition permanente d'artistes : peintres, photographes ...

**Tél. : 02 98 27 90 39**

Quai Toudouze - 29570 Camaret-sur-Mer



**RÉSERVEZ VOTRE VÉLO EN LIGNE !**

**WWW.CYCLES-DU-BOUT-DU-MONDE.FR**

6 bd Pierre Mendès France - 29160 Crozon

**TARIFS : LOCATION À LA JOURNÉE OU À LA SEMAINE**

VTT/VTC électriques à partir de 30€ la journée - VTT/VTC musculaire à partir de 20€ la journée  
VÉLO enfant à partir de 15€ la journée - VÉLO de route à partir de 30€ la journée

**LE 7<sup>EME</sup> JOUR DE LOCATION EST OFFERT**

CASQUE ET ANTIVOL FOURNIS - ASSISTANCE TECHNIQUE COMPRISE



**TÉL : 02 98 23 68 60**



CYCLES-DU-BOUT-DU-MONDE@ORANGE.FR



CYCLES-DU-BOUT-DU-MONDE

**À PARTIR DU 1<sup>ER</sup> JUILLET**

**MAGASIN OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI  
DE 9H30 À 12H00 ET DE 14H00 À 19H00  
ET LE DIMANCHE DE 10H00 À 12H00**

## Le Breton Laveur

50%  
réduction  
d'impôts

**NETTOYAGE  
TOUS LOCAUX & VITRES**



**Bardage - Façade - Démoussage et traces rouges - Allées extérieures - Sépulture**

**PROFESSIONNELS et PARTICULIERS**

**Tél. : 06 61 25 96 84**

**www.lebretonlaveur.com**

Vous êtes dirigeant d'une société, d'un commerce, artisan, entrepreneur individuel ...  
et vous souhaitez être présent comme annonceur dans une de nos prochaines parutions ;

contactez-nous par téléphone au 02.98.73.58.80

ou par mail sur [allouarnig@comalouest.fr](mailto:allouarnig@comalouest.fr)



## Ça se passe en Août

Vous êtes membre d'une association, élu d'une commune ou encore particulier ... vous organisez une exposition, une manifestation ou tout autre événement susceptible d'intéresser les habitants ou vacanciers ; faites-nous parvenir vos éléments (dates, lieux, descriptifs et contacts) avant le 15 du mois pour le mois suivant, par mail sur [alouarnig@comalouest.fr](mailto:alouarnig@comalouest.fr). C'est avec grand plaisir que nous ferons paraître gratuitement vos informations dans cet agenda.

### Jusqu'au 03/09

**Crozon** : Après « finistère(s) », Xavier Velly présente sa nouvelle exposition photo « armor(s) » à la bibliothèque Henri Queffelec de Crozon.

### Tous les mardis

**Camaret** : Marché d'été de 9h00 à 12h30 place d'Estienne d'Orves (organisé par la mairie).

### Tous les jeudis

**Camaret** : Veillées contées – A 20h30 à la chapelle Notre-Dame de Rocamadour. Laissez-vous emporter par les histoires de conteurs le temps d'une soirée, dans la belle chapelle de Camaret-sur-Mer. Offert par la municipalité de Camaret-sur-Mer.

### Du vendredi 01/07 au jeudi 25/08

**Camaret** : Exposition Plumes et couleurs à la bibliothèque municipale Saint-Pol-Roux. Bibliothèque ouverte du mardi au samedi de 9h30 à 12h00 et du mardi au jeudi de 16h00 à 18h00. Entrée libre.

### Du dimanche 17/07 au lundi 15/08

**Crozon** : Evènement très attendu après 2 années de repli mais 2 années de créations. 60 artistes exposants en : peinture, sculpture, vitrail, porcelaine, céramique, mosaïque... seront très heureux de vous accueillir et de vous présenter une partie de leurs créations à l'exposition " Peinture et sculpture en presqu'île". VITRAIL : Un stage aura lieu tous les mercredis de 10h-12h & 15h-18h durant l'exposition. Chaque stagiaire repart le soir avec son travail terminé. (70 € la séance) - Adresse : l'Ecole Primaire Groupe scolaire Jean-Jaurès – 69, rue Alsace Lorraine à Crozon. Son site Internet : <http://alisees-presquile-crozon.fr> Pour tout renseignement : [alisees.crozon@gmail.com](mailto:alisees.crozon@gmail.com). Organisé par l'association ALISEES

### Du dimanche 17/07 au mardi 16/08

**Lanvéoc** : Exposition de peinture à la Maison des Associa-

tions. Encore quelques jours pour voter pour votre tableau coup de coeur et lui faire gagner le prix du public 2022. Du lundi au samedi de 10h à 12h et de 16h30 à 18h30, le dimanche de 10h à 12h. Organisé par l'Association Arts et Loisirs. Renseignements au 06 45 64 03 41.

### Du samedi 23/07 au dimanche 07/08

**Crozon** : Exposition-vente de l'atelier d'Art : Verre l'intérieur : Luminaires, mobilier, Arts de la table et vitrages décoratifs. Association "La Maison des 3 Métiers" 13 rue Alsace Lorraine CROZON - tél : 02 56 10 67 28 - mail : [lamaisondes3metiers@gmail.com](mailto:lamaisondes3metiers@gmail.com)

### Lundi 1-8-15 et 22/08

**Camaret** : Lundis Musicaux – Club Léo-Lagrange – Chapelle ou église - 20h45

### Mercredi 03/08

**Camaret** : Conférence sur les oiseaux par Serge Kergoat Salle St Ives à 20 h 30

**Marché Art & Terroir**

ARGOL

Même marché goûter  
Entrée gratuite  
Buvette - Chapes  
Petite restauration

de 10h à 20h

**DIMANCHE 7 AOÛT 2022**

Organisé par le Comité d'Animation d'Argol  
Contact : 02 98 21 34 34 ou [comite.argol@groupama.fr](mailto:comite.argol@groupama.fr)

**Groupama**

**La Maison des 3 métiers**

**Du 8 au 28 août**

Isabelle Krausz  
Catherine Cordonnier

**EXPOSITION**

Ouverture : du mardi au dimanche  
10h à 12h30 - 15h à 19h

13, rue d'Alsace Lorraine - 29160 CROZON - 02 56 10 67 28



### Vendredi 05/08

**Camaret** : Ronds dans l'eau organisés par l'association « les Voiles de Camaret »

### Samedi 06/08

**Camaret** : à 18 h Récital de Flûte par Léna Seitz

A 21 h Scoop, musique irlandaise avec David Doucerain et ses musiciens

### Samedi 06/08 et mercredi 24/08

**Crozon** : concours de pétanque, ouverts à toutes et à tous, en 4 parties, gagnant / gagnant, 50mn +1 mène. Mise = 3€ personne. Récompenses= total des mises + minimum 30% de bonification par l'association, répartition sur 50% des joueurs. Terrain de la gare, bvd de Pralognan à Crozon, inscription sur place de 13h30 à 14h, lancer du bouchon à suivre. Contact: petanquecrozon29@orange.fr

### Dimanches 07-14-21 et 28/08

**Camaret sur Mer** : A 11 h 30 Place St Thomas - Danses bretonnes avec Malo Kervern et Malo Carvou et à 17 h Fonte de sable et extraction d'étain et de pigments par Malo Kervern

### Dimanche 07/08

**Argol** : Marché Art et Terroir organisé par le Comité d'animation d'ARGOL aux Parc des Jeux Bretons et sur la Place de l'église. Une vingtaine d'exposants et d'artisans seront présents. Petite restauration sur place. Entrée gratuite. Contact : 02 98 27 36 56 ou comite.anim.argol@hotmail.fr

**Camaret** : L'association familiale de Camaret sur mer organise un vide greniers. Entrée gratuite, buvette. Inscriptions au 07 81 59 02 58

- Fête de la station locale SNSM quai Téphany

- An Tro Bernid organisé l'association par « les Voiles de Camaret »

A 17 h Fonte de sable et extraction d'étain et de pigments par Malo Kervern - Pace St Thomas

### Du lundi 08/08 au dimanche 28/08

**Crozon** : Exposition d'Isabelle KRAUSZ et Catherine Cordonnier : Ouvert du mardi au dimanche de 10h à 12h30 et de 16h à 19h. Association "La Maison des 3 Métiers" 13 rue Alsace Lorraine CROZON - tél : 02 56 10 67 28 - mail : lamaisondes3metiers@gmail.com

### Mercredi 10/08

**Camaret** : à 20h30 Conférence sur St Pol Roux par Marcel Burel Salle St Ives

### Mercredi 10 et samedi 20/08

**Camaret sur Mer** : à 10 h Sortie découverte des plantes sauvages comestibles avec Pascal Auger, Ethnobotaniste RV devant la salle St Ives.

A 20 h 30 Conférence sur St Pol Roux par Marcel Burel Salle St Ives.

### Vendredi 12/08

**Camaret** : Ronds dans l'eau organisés par l'association « les Voiles de Camaret »

### Du vendredi 12/08 au samedi 20/08

**Roscanvel** : La mairie de Roscanvel accueille du 12 au 20 août une exposition sur les paysages de...Roscanvel. On peut y voir un travail réalisé sur le motif dans la presqu'île de Roscanvel par Martine Dohy. Une bonne partie des paysages présentés a été produite récemment, au cours des deux dernières années. L'ensemble, fusains et pastels gras sur papier et huiles sur toile dont quelques dyptiques un peu à la manière de David Hockney, témoigne de la diversité et de la richesse



## Ça se passe en Août

des paysages : le charme du bourg ; la grandeur des sites, la rade changeante et ses îles ; la beauté tranquille et pacifiante des jardins... Martine Dohy peintre et dessinatrice, formée aux Ateliers des Beaux Arts de la ville de Paris et en modelage à l'école Duperré, travaille d'après nature figures et portraits ou paysages. Roscanvéliste d'adoption, depuis trente ans, elle montre pour la première fois son travail sur les paysages de Roscanvel. [www.martine-dohy.fr](http://www.martine-dohy.fr)

### Samedi 13 et mercredi 17/08

**Camaret** : Découverte des algues sur le terrain avec Pascal Auger, ethnobotaniste. Sortie nature. Prévoir chaussures ou bottes qui ne glissent pas, un panier ou des sacs, une paire de ciseaux ou un couteau. L'heure de départ dépendra de la marée, s'informer au moment de l'inscription qui est obligatoire, le nombre de participant étant limité. RDV Salle Saint-Ives - Gratuit. Contact : 06 08 88 30 07, [lesamisduquartiersthomas@orange.fr](mailto:lesamisduquartiersthomas@orange.fr).

### Samedi 13/08

**Camaret** : Animations nautiques organisées par l'association « les Voiles de Camaret »

Concert de Robin Foster à 21h00, quai Téphany. Auteur-compositeur britannique mais Camarétois d'adoption, Robin Foster est connu internationalement. Depuis dix ans qu'il vit sur la presqu'île de Crozon, ses dernières créations rendent hommage à la beauté naturelle de notre territoire. Sorti cette année, le troisième volet de son projet PenInsular est une invitation à découvrir la Presqu'île, dans un style « post rock » dont Robin Foster a le secret. Offert par la municipalité de Camaret-sur-Mer.

A 18 h et 21 h Concert spectacle : Les Rives, Bardes de Bretagne - Place St Thomas

**Crozon** : concours de pétanque, ouverts à toutes et à

tous, en 4 parties, gagnant / gagnant, 50mn +1 mène, ou bien en élimination directe avec repêchage en tableaux B et C selon nombre de participants. Mise = 3€ personne. Récompenses = total des mises + minimum 30% de bonification par l'association, répartition sur 50% des joueurs. Terrain de la gare, bvd de Pralognan à Crozon, inscription sur place de 13h30 à 14h, lancer du bouchon à suivre. Contact: [petanque-crozon29@orange.fr](mailto:petanque-crozon29@orange.fr)

### Dimanche 14/08

**Camaret** : à 11 h 30 Danses bretonnes avec le groupe Al Blijadur - Place St Thomas

Animations nautiques organisées par l'association « les Voiles de Camaret »

Moules-frites organisées par l'ASC

### Lundi 15/08

**Camaret** : Animations nautiques organisées par l'association « les Voiles de Camaret »

Tournoi de Belote, 14h-19h, salle St Ives

### Mercredi 17/08

**Roscanvel** : Randonnée découverte commentée par Marcel Burel : « de la plage de Trez rouz (bataille du 18 juin 1694) aux lignes de Queler (portes de Crozon et de Camaret) en passant par le manoir de Queler (demeure de la famille de Gentil de Queler) » - Rendez-vous à 9 H plage de Trez Rouz. Organisée par l'AVPR.

### Jeudi 18/08

**Camaret** : - Veillée contée à 20h30, à la Chapelle Notre Dame de Rocamadour, offerte par la municipalité de Camaret-sur-Mer

### Vendredis 19 et 26/08

**Camaret** : Ronds dans l'eau organisés par l'association « les voiles de Camaret »

### Samedi 20/08

**Camaret** : à 21h Variétés dansantes avec la Cie La Barra-kah - Place St Thomas

### Dimanche 21/08

**Argol** : Première édition des "Foulées Gradlon". Pour des raisons environnementales et de sécurité, le comité d'animation d'Argol a décidé de remplacer "La Montée du Menez Hom" par une nouvelle course nature sur la commune. A 09h30 : Les Foulées Gradlon. Course nature de 21 km. 16 km de chemins et 5 km de routes. A 09h45 : L'Argolienne - Course nature de 9 km. Nouveau parcours. De 08h00 à 10h00 : Randonnée pédestre de 9 km. Départ libre. Inscription sur place. A partir de 12h00 un repas sera servi aux Parc des Jeux Bretons. Réservation sur place. Pour les deux courses, information et inscriptions uniquement sur : [klikego.com](http://klikego.com)

**Camaret** : à 11h30 Variétés dansantes avec la Cie La Barra-kah - Place St Thomas

### Mercredi 24/08

**Camaret** : à 20 h 30 Conférence avec la sociologue Elisabeth Doutré, Salle St Ives.

**Roscanvel** : Conférence de Marcel Burel « Roscanvel à travers la presse ancienne »

20 H - Salle des fêtes de Roscanvel - Organisée par l'AVPR

### Samedi 27/08

**Camaret** : OFNIS (Défilé + Course + Repas-Concerts) - Co-organisation Ofnis Camaret / Déferlantes - Défilé : rue de la Gare / place Charles de Gaulle / quai Gustave Toudouze / quai Styvel / esplanade Jim Sévellec - Course : plan d'eau face quai Gustave Toudouze - remise des prix + repas + concerts : parking de la capitainerie

A 21 h Musique et danse bretonne avec Kameled Ar Son - Place St Thomas

### Dimanche 28/08

**Camaret** : à 11 h 30 Danses bretonnes avec le groupe Plack - Place St Thomas

### Samedi 03/09

**Camaret** : à 21 h Rock, Blues avec Kameled Blu - Place St Thomas



# Les Oiseaux de la Presqu'île

par Serge Kergoat

## Le Verdier d'Europe *Chloris chloris*

Ordre des Passériformes  
Famille des Fringillidés

Genre : *Chloris* - Espèce : *Chloris* - Sous espèces : 9

Taille : ..... 14 à 16 cm

Envergure : ..... 24 à 27 cm

Poids : ..... 23 à 34 kg

Longévité : ..... 13 ans

Nidification : ..... 1 couvée(s)

Œufs par couvée : ..... 4 à 6

Couvaison : ..... 12 à 13 jours

Envol : ..... 17 à 18 jours



Anglais : ..... European Greenfinch

Allemand : ..... Grünfink

Breton : ..... Meleneg

Espagnol : ..... Verderón común

Le Verdier d'Europe est un oiseau qui fréquente les mangeoires l'hiver. Il est alors possible de compter plus d'une dizaine d'oiseaux voletant pour prendre place sur la plateforme et

nivore qui nourrit ses petits avec des insectes, notamment dans les premiers jours de leur croissance. Les adultes verdiers sont facilement identifiables à la bande jaune vif sur les pri-

strié. La femelle est plus terne que le mâle. Attention le verdier est sensible aux maladies et comme l'échange de graines à la mangeoire est un jeu pour lui, il faut être vigilant et ap-



prendre place sur la plateforme et manger les graines de tournesol. Le verdier a tendance à considérer qu'il est le boss et n'hésite pas à jouer de son poids et de son bec pour les mésanges ou pinsons un peu dur à la détente. Le verdier est un oiseau essentiellement gra-

maires de leurs ailes et à l'encoche de même couleur sur les rectrices externes de la queue. Le ventre et le poitrail sont gris vert plus ou moins intense. Les pattes sont rosées. Le bec conique puissant est de couleur gris rose. Le juvénile a le poitrail

pliquer des règles d'hygiène assez strictes. Il faut aussi isoler la mangeoire des micro-mammifères notamment en la positionnant à plus de 1,80 mètre de hauteur, pour éviter la transmission de maladies.

- Les vers d'hier ne font pas forcément le lit de tes ratures ni un poète pour demain, tu auras beau invoquer le rope des extrêmes, «Rope jumping» comme disent les anglaises...
- Là ! ne fais pas le sot, il te faut parlementer avant de sauter, version Saint Kro. Il paraîtrait qu'il aurait réussi à transformer les vers en verres, comme de bien entendu il fut canonisé en 1664, me demande pas pourquoi je ne sais pas et arrête de me secouer comme ça tu vas finir par me faire mousser... Les verres c'est un peu ce qui mène le monde et le bouffe en même temps après, c'est une question de dosage.
- Ouais, Anvers, et contre l'avis de tous les poètes en vert, restera la capitale du diamant et non celle de ton truc à plumes ! Le Verdier d'Europe.

Crédit photos : Serge Kergoat



## L'agenda des travaux du jardin

Du 1er au 15 Août



L'agenda des travaux  
du jardin est  
issu du site :  
[www.terrevivante.org](http://www.terrevivante.org)

**Quand vous dégustez vos tomates, pensez à garder les graines des plus beaux fruits, pour les plants de l'an prochain. Début août, vous pouvez aussi couper les stolons des fraisiers et les replanter, supprimer les framboisiers qui ont tendance à s'écarter.**

**Semez un engrais vert, comme la moutarde, au pied des fruitiers...  
et lancez-vous dans la réalisation d'une mare !**

### Au potager

Semez : cerfeuil, chou de Chine, cresson alénois et cresson de jardin, épinard, mâche, navet, radis, radis d'hiver.

Plantez : chicorées frisée et scarole, chicorée sauvage, laitue, poireau.

Renouvelez vos fraisiers à partir des plus beaux stolons. Plantez-les sur une terre bien ameublie et enrichie en compost très mûr.

Arrosez les potirons, sans excès, pour les faire grossir avant la récolte d'octobre.

L'arrosage ne suffit pas à protéger les semis et les jeunes plants repiqués du brûlant soleil d'été. Le stress hydrique est notamment responsable de la montée à graines prématurée des laitues, radis et chicorées. Couvrez donc vos semis et jeunes plants de cagettes renversées ou installez une ombrière pour faciliter enracinement et croissance à l'abri du soleil.

Faire ses graines est toujours un plaisir, ne serait-ce que pour préserver une variété difficile à trouver et qui vous tient à cœur. Cela est particulièrement vrai de la tomate, dont la diversité de formes, de saveurs, de couleurs, est extraordinaire. Et c'est l'une des plantes les plus faciles à reproduire. Repérez un plant vigoureux et sain, et cueillez des fruits beaux et bien mûrs. Ouvrez-les et récoltez graines et jus dans un bol, ajoutez un peu d'eau et laissez fermenter 2 jours environ, ceci pour défaire l'enveloppe gélatineuse qui entoure chaque graine. Ajou-

tez de l'eau et remuez : les bonnes graines restent au fond ; retirez tout ce qui surnage. Répétez l'opération plusieurs fois puis mettez à sécher les graines triées sur un papier absorbant. Conservez dans une enveloppe kraft, sans oublier de préciser le nom de la variété et la date de récolte.

Avec des semis échelonnés tous les 15 jours, vous aurez de la mâche tout l'hiver. Semez sur une terre ameublie en surface mais bien tassée avec le plat du râteau. Ajoutez une fine couche de terreau et tassez à nouveau. Arrosez régulièrement jusqu'à la levée.

Par temps sec, les punaises peuvent devenir une vraie plaie pour les choux, les tomates, les aubergines et les poivrons. Écrasez les pontes que vous trouverez sous les feuilles, mais pour les adultes, il n'y a guère de solution, hormis l'aspirateur – avec une bonne rallonge ! C'est assez efficace mais il faut y revenir plusieurs fois.

### Au jardin d'ornement

Tuteurez les dahlias et autres plantes à grand développement (asters, helianthus...). Coupez les fleurs fanées dans les massifs.

Coupez les rameaux de vivaces écrasés à terre après l'orage pour éviter les maladies cryptogamiques.

Arrêtez les tontes dès qu'il fait sec et ne tondez jamais en pleine chaleur.

Réalisez une mare : dans un endroit plat et dégagé (pas d'arbre trop proche), réalisez une mare. Creusez un trou

d'au moins 1 m2 de forme irrégulière et d'une profondeur variant progressivement de 20 cm à 80 cm. Prévoyez un palier près du bord pour y installer des plantes aquatiques. Recouvrez le fond d'un géotextile de protection puis d'une bâche étanche (ou liner) en polypropylène (plutôt qu'en PVC), à laisser déborder tout autour de la mare afin de bien fixer les rives en la recouvrant de pierres. Une fois remplie, votre mare va devenir un passionnant observatoire de biodiversité animale.

### Au verger

Étalez les branches de pruniers lourdement chargées.

Surveillez les attaques d'oïdium et traitez au soufre.

Supprimez les pousses de framboisiers qui s'écartent de l'alignement.

C'est le moment de semer un engrais vert au pied de vos arbres fruitiers : la moutarde a l'avantage de lever rapidement et de fournir une végétation abondante qui, une fois broyée, constituera une excellente source de matières organiques pour le sol... et vos plantes. Ameublissez le sol en surface, semez à la volée (2 grammes par m2), enfouissez légèrement puis plombez (tassez) avec le dos du râteau. Si besoin, arrosez jusqu'à la levée. La moutarde va se développer à l'automne. Une partie gèlera en hiver, et le reliquat sera broyé avec une tondeuse au printemps suivant...

## Du 16 au 31 Août

**À partir de mi-août, on commence à bouturer figuier, berberis, buddleia, hibiscus et weigelia, à faire enraciner à l'ombre. Enlevez les fruits et pousses touchées par la moniliose ou l'oïdium ; faites un traitement à la décoction de préle et cueillez cette plante pour les préparations du printemps prochain. Complétez les couches de paillage et broyat.**

### Au potager

Semez : chou de printemps, épinard, laitue, mâche, na-

vet, radis.

Plantez : poireau, fraisier.

Semez et repiquez en abon-

dance chicorées sauvages ('Pain de sucre' et variétés rouges) et laitues d'hiver.



Lors des premières récoltes en début d'hiver, vous couperez ces salades juste au-dessus du collet afin de faciliter les repousses. Avec les variétés de mâche résistantes au froid et les repousses de roquette, elles vous assureront de précieuses salades jusqu'en mars-avril, avant l'arrivée des premières laitues à couper.

Plantez vos fraisiers – remontants ou non. Apportez du compost mûr et pensez à praliner les racines avec de l'argile afin de leur assurer une bonne reprise avant l'hiver.

Au fur et à mesure des récoltes, le potager se libère de ses cultures. Semez des engrais verts. Passez le croc pour ameublir la terre en surface, semez à la volée l'engrais vert de votre choix. En climat doux : moutarde, phacélie, sar-

rasin, trèfle incarnat... En climat froid : avoine, seigle, vesce, des plantes réputées pour leur résistance au gel. La culture d'engrais verts en automne-hiver offre plusieurs avantages : éviter la multiplication de mauvaises herbes, protéger la terre laissée à nue à une période de fortes précipitations, enrichir le sol en matières nutritives.

Attention aux attaques de teigne (ver) du poireau. Dès que vous avez repéré les premières galeries sur les feuilles, coupez le fût et écrasez bien le ver.

#### Au jardin d'ornement

Bouturez les rameaux aoûtés de berbéris, buddléia, buis, hibiscus et weigelia.

Enlevez régulièrement les algues filamenteuses dans les bassins.

Complétez les couches de broyat (5 cm).

Surveillez et arrosez abon-

damment les arbres plantés depuis moins de trois ans.

Outre les abeilles élevées dans des ruches pour la production de miel, il existe de nombreuses abeilles solitaires, qui butinent et pollinisent les plantes de votre jardin à tour de bras. Aidez-les à passer un bon hiver, en leur aménageant des abris. Ce peut être une simple bûche percée de trous de différents diamètres (de 2 mm à 1 cm), ou des fagots faits de tige à moelle : sureau, ronce, framboisier... Accrochez-les en hauteur, à une branche.

#### Au verger

Bouturez les rameaux aoûtés de figuier et faites-les enraciner à l'ombre dans un substrat léger.

Renouvelez le paillage qui commence à s'amincir au pied des arbres.

Cueillez les prunes atteintes



## Création & Aménagement

Création de massifs / Création de gazon  
Plantation / Pavages, dallages, terrasse  
Clôtures / Terrassement  
Maçonnerie paysagère & décorative

Intervient  
sur toute la presqu'île

06 70 91 74 85 

petitjeandujardin@gmail.com



Je me déplace  
sur toute  
la Presqu'île



Contact :

06 81 08 08 98

mickbinet.29@gmail.com



## Entrepreneur/euse à l'Honneur



### Manéo Opticiens devient Manéo Optique-Audition

Aurélien et Morgane ont souhaité vous faire bénéficier de l'ensemble de leurs compétences et de leur expérience en proposant le service audition avec Baptiste depuis début juin.

Vous appréciez, comme c'est déjà le cas en optique, leur accueil, leur écoute et leur expertise.

Morgane et Baptiste se sont appuyés sur leur expérience dans l'audition, pour mettre en place une salle insonorisée, avec du matériel utilisant les toutes nouvelles technologies apportant la finesse d'analyse.

N'hésitez plus à prendre rendez-vous pour un dépistage gratuit.

Morgane et Baptiste ont choisi les fournisseurs d'appareils référents et ont développé un ensemble de services, tel que l'essai gratuit durant 1 mois, le 1/3 payant mutuelle, le reste à charge 0€ sur le 100% santé, et surtout un suivi régulier sur 4 ans de vos appareils auditifs pour vous sécuriser.

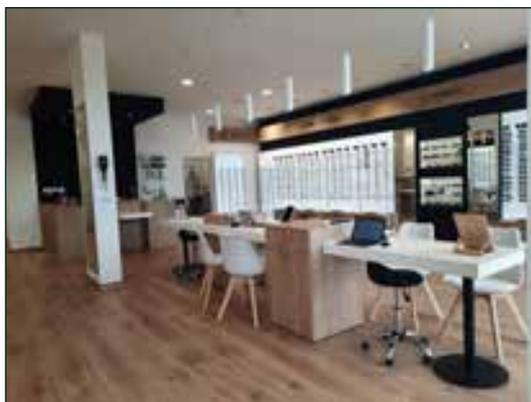
On se voit vite chez MANÉO Optique-Audition Crozon.

Aurélien, Morgane et Baptiste



**Tél. : 02 56 04 10 22**

**6 Bd Pierre Mendès France, 29160 Crozon  
Du Lundi au Samedi de 09h00 à 19h00**



# 0€

**DE RESTE À CHARGE  
DE VOTRE ÉQUIPEMENT  
OPTIQUE\*  
& AUDITIF\***

\* Exclue sur une sélection de montures, verres et appareils auditifs « 100% santé » pour lesquels vous n'avez aucun reste à charge. Sur présentation d'une prescription. Non cumulable avec d'autres offres. Voir conditions en magasin.

Cette rubrique vous présente chaque mois un ou une entrepreneur/euse et son activité en cours de création, récemment créée ou ayant un évènement particulier à promouvoir (anniversaire, changement de local, évolution des prestations ou produits proposés...).

N'hésitez pas à nous contacter pour poser votre candidature :  
par téléphone au 02 98 73 58 80 ou par courriel : [allouarnig@comalouest.fr](mailto:allouarnig@comalouest.fr)



## Appel à vigilance sur la consommation d'eau

Les ressources en eau, déjà impactées par la faible pluviométrie hivernale, sont très basses. Le débit de l'Aber ne permet plus d'y prélever de l'eau et le rendement des captages souterrains est précocement bas. De plus, le Syndicat Mixte de l'Aulne, qui alimente également en eau le territoire, ne dispose pas d'une ressource inépuisable et est limité par la capacité de production de ses usines. Avec les fortes chaleurs et l'augmentation de la population sur le territoire, la demande en eau est élevée et les premiers seuils d'alerte ont été atteints dans la soirée du 11 juillet.

Depuis le 16 juillet, le Finistère est placé en état d'alerte renforcée sécheresse. Sont interdits :

- Le nettoyage extérieur des maisons, véhicules, bateaux
- L'arrosage des jardins entre 8h et 20h
- Le remplissage des piscines...



### Comment faire pour économiser l'eau potable ?



**Ne pas remplir sa piscine, arroser son jardin, laver sa voiture...**



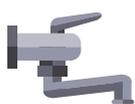
**Au jardin, pailler la terre** à l'aide de compost, tontes de gazon, feuilles ou écorces de bois pour conserver l'humidité.



**Installer un récupérateur d'eau de pluie** : la communauté de communes propose un bon de réduction (15 € pour une cuve d'environ 300 litres - 20 € pour une cuve d'environ 500 litres) à retirer avant l'achat (apportez votre facture d'eau).



**Vérifier l'absence de fuite d'eau** en notant le chiffre du compteur avant de s'absenter quelques heures ; il ne doit pas avoir changé à votre retour. Fermer l'arrivée d'eau si vous partez en vacances.



**Installer des éco-mousseurs** (ou aérateurs d'eau, réducteurs d'eau, mousseurs aérateurs) sur vos robinets, qui permettent d'économiser jusqu'à 50% d'eau sans réduire la pression. Il s'agit de simples grilles à visser (en métal ou en silicone).



**Changer ses habitudes** : préférer la douche au bain, ne pas laisser couler l'eau en se savonnant ou en se lavant les dents, faire la vaisselle dans deux bacs d'eau (un pour le lavage, l'autre pour le rinçage), faire tourner le lave-linge et le lave-vaisselle à plein ou utiliser la fonction « demi-charge ».

Renseignements : Communauté de Communes - Service Eau – 02 98 27 06 16





**PARTAGEZ VOTRE POUVOIR,  
DONNEZ VOTRE SANG !**



# Don de sang

**Prenez RDV sur [dondesang.efs.sante.fr](https://dondesang.efs.sante.fr)**

Nos objectifs : réunir tous les donneurs de sang bénévoles de la région de CROZON et de la presqu'île en vue de faire respecter sur le plan local le code du donneur de sang, soutenir les intérêts des adhérents auprès des pouvoirs publics, fournir une aide technique et morale aux membres, créer un centre de relations amicales, examiner tous les litiges qui pourraient survenir, chercher à augmenter le nombre de donneurs de sang bénévoles en liaison avec l'Etablissement Français du Sang.

## Collectes de sang de l'année 2022

**CAMARET sur MER**..... Mardi 02 - Mercredi 03 Août..... 8h30 à 13h00  
(Salle Omnisport)  
**CROZON** ..... Lundi 24 - Mardi 25 Octobre ..... 8h30 à 13h00  
(Maison du Temps Libre)

**Prenez rendez-vous sur [dondesang.efs.sante.fr](https://dondesang.efs.sante.fr)  
Pour le 1<sup>er</sup> don, se munir d'une pièce d'identité**

La "Boutik' du Secours Catholique en Presqu'île de Crozon change son mode de fonctionnement comme chaque année pour l'été.

Elle sera ouverte les mercredis de 9h 30 à 16 h. et s'étendra sur le trottoir devant la vitrine à partir du 6 juillet pour des ventes de petits meubles, bibelots, vêtements à petits prix.

L'équipe du Secours Catholique est disponible pour vider les maisons et récupérer la ferraille.

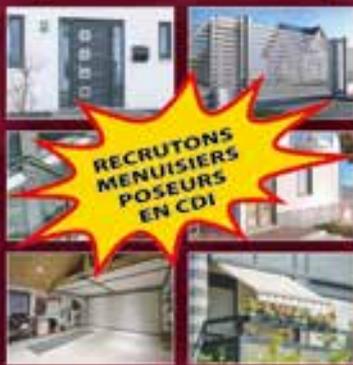


**Adresse : 34 Rue de Poulpatre, 29160 Crozon - Tél : 09 63 58 88 43**



**Menuiserie  
PVC - Bois - Alu - Acier - Mixte**

**Fenêtre - Porte d'entrée  
Volet - Store - Porte de garage  
Portail - Clôture  
Pergola - Carport**



**RECRUTONS  
MENUISIERS  
POSEURS  
EN CDI**

**Jonathan Chimot  
06 82 77 40 39**

**[rtm-brest@gmail.com](mailto:rtm-brest@gmail.com)  
[www.rtm-menuiseries.com](http://www.rtm-menuiseries.com)**





COM à L'OUEST

Service global  
en  
communication visuelle

## Besoin de communiquer ?

PROFESSIONNELS, ASSOCIATIONS ou PARTICULIERS, nous mettons à votre disposition plus de 25 années de savoir-faire pour répondre et satisfaire à toutes vos attentes et besoins en matière de communication visuelle ...

De la conception à la livraison ...  
... nous saurons vous satisfaire



### Studio Graphique

Flyer, dépliant, carte de fidélité, chèque cadeau ...

Tee-shirt, casquette, polo, blouson ... personnalisés

Enseigne, marquage vitrine et véhicule ...

Plaque signalétique, distributeur de documents ...

Drapeau, stop-trottoir, kakémono ...

Etiquette, auto-collant, calendrier, faire-part, tampon ...

Panneau extérieur, totem ...

### Nos dernières réalisations

Enseignes



Vêtements personnalisés



Flyers  
Dépliants



Cartes commerciales



Tél. : 02 98 73 58 80

14 rue de Reims

29160 Crozon

contact@comalouest.fr

www.louarnig.fr

www.comalouest.fr



### Camaret

#### La tour Vauban de Camaret-sur-Mer



La tour Vauban (©Mairie de Camaret-sur-Mer/ C. Boëzennec)

Venez découvrir ou redécouvrir ce site d'exception appartenant au Réseau des sites majeurs de Vauban inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Inauguré en juin 2018, le centre d'interprétation de la fortification de Vauban en Bretagne se donne pour objectif de fournir aux publics les clefs de lecture de l'œuvre de Vauban dans la rade de Brest en particulier et en Bretagne en général. Le public peut y découvrir l'histoire de la tour et son rôle dans la protection du port de Brest, le déroulé de la bataille de Camaret

de 1694, mais aussi en apprendre davantage sur la vie des soldats à l'époque de Vauban. Chaque visiteur se voit remettre avec son billet d'entrée une tablette numérique de visite qui le guidera au fil de la découverte du site. La présence d'une table multimédia adaptée au sein de notre espace d'accueil permet également aux personnes à mobilité réduite d'accéder à une visite virtuelle du site.

#### Programmation de Juillet/Août

##### Du 1er juillet au 1er septembre

**Exposition "Des landes et des hommes"** : L'exposition temporaire Des landes et des hommes s'articule autour de quatre malles de découverte, qui vous permettront d'explorer de façon ludique différentes facettes de ce milieu naturel familier et pourtant méconnu. Exposition prêtée par le Parc naturel régional d'Armorique.

**Entrée libre**



##### Tous les mardis et jeudis à 14h00

**Visites guidées** : Pour faire plus ample connaissance avec la tour Vauban de Camaret, laissez-vous tenter par une de nos visites guidées qui ont lieu tous les mardis et jeudis. Venez seul, entre amis ou en famille, sur un coup de tête ou en réservant votre visite guidée au 02.98.27.91.12.

**Tarif : 6 € / personne.**

##### Tous les mercredis de 10h30 à 12h00

**Atelier découverte (6 - 12 ans)** : Après une visite guidée de la Tour Vauban, l'atelier découverte devient créatif et les enfants peuvent laisser libre cours à leur imagination lors de séances de dessins, coloriage, fabrication d'une maquette de la Tour...

La visite et l'atelier étant encadrés uniquement par le personnel de la Tour Vauban, les places sont limitées à 12 enfants. Il est donc possible de réserver des places au 02.98.27.91.12.

**Tarif : 3 € / enfant.**



### Informations pratiques

#### Horaires d'ouvertures :

- Du 1er juin au 31 août : ouvert tous les jours de 10h à 13h et de 14h à 18h
  - Du 1er septembre au 7 novembre : ouvert tous les jours sauf le mardi, de 14h à 18h
  - Du 17 décembre 2022 au 3 janvier 2023 : ouvert tous les jours, de 14h à 18h
- Ouvert toute l'année (sauf weekend) pour l'accueil des groupes sur réservation au 02.98.27.94.22

#### Tarifs :

- Plein tarif : 5€
- Tarif réduit : 3€ (étudiants, demandeurs d'emploi, moins de 18 ans, personnes en situation d'handicap, pass musées presqu'île)
- Gratuité (moins de 8 ans, journalistes en reportage, accompagnateurs PMR, accompagnateurs de groupes).
- Pass famille (2 adultes avec 2 enfants ou + de moins de 18 ans) : 13€
- Visites de groupes : 6€ / pers. (sur réservation au 02.98.27.89.53)
- Groupes scolaires et centres de loisirs : 70€ par classe ou groupe de 30 maximum.

**Coordonnées : Téléphone : 02.98.27.91.12**  
**Courriel : [tourvauban@camaretsurmer.fr](mailto:tourvauban@camaretsurmer.fr)**  
**Adresse : Le Sillon – Camaret-sur-Mer (29570)**

## Landevennec

A la recherche du trésor caché, un divertissement inédit



*La joie d'avoir résolu les énigmes et découvert le fameux trésor d'Émeric...*

Quand il quitte la Marine en 1876, Émeric avait servi à bord des plus prestigieux vaisseaux de la flotte française et bourlingué sur toutes les mers du monde. Ici chacun savait que, durant ce temps, Émeric avait amassé un fabuleux trésor qui attirait bien des convoitises et qui, comme dans toutes les bonnes histoires, était bien caché.

Au travers d'un jeu de piste (Escape game), l'Amicale de l'Aulne vous mènera, si vous faites preuve de perspicacité, sur le bon chemin tout en vous permettant de découvrir le magnifique bourg de Landevennec de façon originale et ludique.

D'une durée d'environ deux heures, le parcours est accessible à tous avec pour point de départ l'Office de tourisme. Un bon moment à partager en famille ou entre amis et si finalement vous devrez vous contenter d'admirer le trésor sans l'emporter, vous repartirez tout de même avec un cadeau.

**Tarif : 20 € par équipe - Réservation au 06 10 67 78 04**





### Deux auditions pour intégrer une nouvelle troupe de comédie musicale à Crozon

En août et en Septembre, le D2 STUDIO organise 2 journées d'audition pour intégrer la troupe de comédie musicale "Artist'île" : A la recherche de nouveaux talents pour monter une troupe en presqu'île, les coachs invitent tous les curieux, novices ou praticiens, qui voudraient tenter l'expérience, à s'inscrire aux auditions. Comédiens et comédiennes amateurs, Chan-

teurs et chanteuses de salle de bain, Circassiens et circassiennes du portique dans le jardin ou Danseurs et danseuses du samedi soir...

Il est temps de faire confiance à votre talent ! Vous rêvez de sortir de l'ombre, de vivre une nouvelle expérience humaine et d'intégrer une troupe ? Tentez votre chance cet été !

Inscrivez vous aux auditions pour intégrer notre compagnie de comédie musicale dès octobre 2022 et créer un spectacle de toutes pièces :



#### DATES DES AUDITIONS :

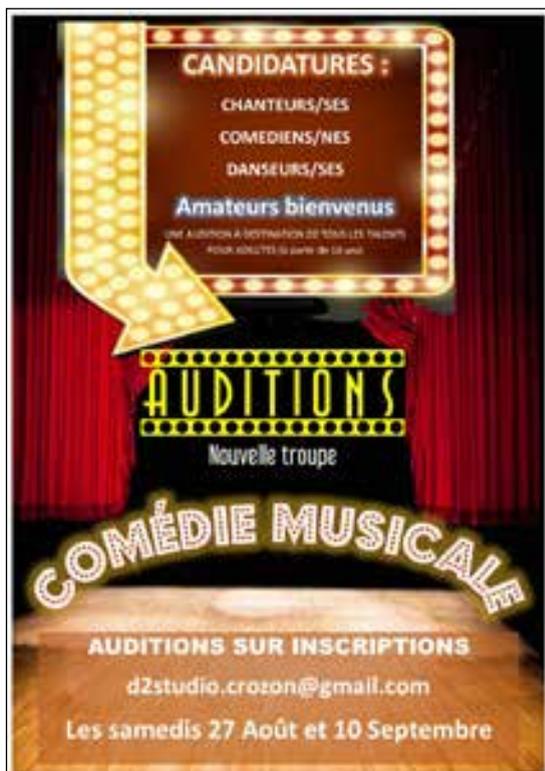
- Samedi 27 Aout, au D2 Studio à Crozon
- Samedi 10 Septembre, au D2 Studio à Crozon

#### CONDITIONS :

- Envoyer un email avec une courte présentation de vous et de vos passions et pratiques actuelles ou passées : [d2studio.crozon@gmail.com](mailto:d2studio.crozon@gmail.com)
- 16 ans minimum (14 ans si audition en interne pour les élèves du D2 Studio, selon avis des coachs)

- Être disponible les samedi après-midi (3 fois par mois)
- Être à l'aise sur la pratique, d'un des 3 arts majeurs de la scène : Chant, Danse ou théâtre
- Aucune expérience de la scène n'est nécessaire, mais elle est un plus.

Questions diverses :  
[d2studio.crozon@gmail.com](mailto:d2studio.crozon@gmail.com)  
06 51 29 25 87



## Vélo Sport de la Presqu'île de Crozon Calendrier des sorties du mois d'Août 2022 - Départ : 8h15

Date	Distance	Dénivelé	Direction circuit
07 - Août	105 km	1169 m	Crozon - Le Faou - Daoulas - Irvillac - Sizun - vers Hanvec - Cranou - Cosquer - Le Faou - Rosnoën - Crozon
14 - Août	100 km	1144 m	Crozon - St Nic - Plomodiern - Cast - Quéménéven - Gare Quéménéven - St Venec - Trois Croix - Ty Daoudal - Chateaulin - Dinéault - Argol - Crozon
21 - Août	80 km	1326 m	Crozon : 3 montées du Ménez-Hom
28 - Août	100 km	1200 m	Crozon - Ty Jopic - Le Cranou - Le Breuil - St Ri-voal - St Cadou - St Eloy - Hanvec - Crozon

Contact : [vspc.over-blog.com](http://vspc.over-blog.com)

### INFOS INSCRIPTIONS - REINSCRIPTIONS 2022/2023

L'été est là, les vacances approchent et il est temps de penser à se réinscrire pour l'année prochaine. C'est possible à partir du mardi 21 juin prochain !

- Inscriptions 2022-2023: du mardi 21 juin jusqu'au samedi 9 juillet / du mardi 30 août jusqu'au samedi 10 septembre 2022.
- Rencontres parents / professeurs du lundi 5 au samedi 10 septembre 2022 (renseignements, horaires de cours....)
- Reprise des cours d'instruments, FM, ateliers et orchestre : lundi 12 septembre 2021.



**Cours individuels enfants-adultes :** harpe celtique, accordéon diatonique, cornemuse écossaise, violon, alto, violoncelle, guitare classique, folk, électrique, basse, banjo, mandoline, saxophone, clarinette, flûte traversière, trombone, trompette, tuba, batterie, chant, piano, clavier musiques actuelles, Musiques Assistées par Ordinateur



**Ateliers, orchestres et pratiques collectives enfants adultes :** Ensemble vocal, Chorale enfants voix du monde, Orchestre à vents, Atelier jazz débutant, Ensemble instrumental de chambre, Ateliers musiques actuelles (ados et adultes) / Atelier musiques électroniques \*(tout instrument MAO), Atelier percussions du monde, Orchestre enfants, Cours de danse (8/12ans), Parcours découverte instrumentale (enfants). Cours de formation musicale, cours éveil-initiation musique et danse (4-7 ans), stage de danse indienne / fusion orientale

#### NOUVEAUTE : DES TARIFS AU QF

Cette nouvelle rentrée verra également la mise en place d'une tarification au Quotient Familial grâce à la participation financière de la Communauté de Communes. Selon votre QF, des baisses de tarifs pourront être appliquées jusqu'à 40% en plus des réductions de tarifs déjà appliquées (si plusieurs inscriptions par famille). Les tarifs au Quotient Familial concerneront l'ensemble des cours individuels enfants et adultes, les cours de danse, éveil-initiation, parcours découverte instrumentale, ateliers et orchestres.

Afin de savoir si vous pourrez en bénéficier, il faudra nous présenter obligatoirement une attestation CAF précisant votre niveau de QF ou à défaut votre feuille d'imposition indiquant le revenu fiscal de référence du foyer.

A défaut, le tarif sans réduction QF sera appliqué.

NB : *le paiement en chèque vacances ne sera plus accepté pour les inscriptions 2022/2023*

**Tarifs disponibles selon QF sur site web de Kaniri ar mor : [www.kaniri.com](http://www.kaniri.com)  
Renseignements / Inscriptions auprès du secrétariat de Kaniri ar mor  
02 98 17 04 86 - [kaniri@free.fr](mailto:kaniri@free.fr)**



## Buzz des Associations



**Qui dit rentrée, dit reprise des activités à YAKADANSE, école de danses associative, qui a vu le jour à DINEAULT en octobre 2014.**

Les fondateurs et les professeurs Frédérique et Jean-Yves ont toujours voulu garder un côté convivial au sein de l'école qui est et restera à échelle humaine.

Peu importe le physique, femme, homme ou ados... La danse pour se dépasser mais pour le plaisir et la santé avant tout.

Notre philosophie est de maintenir le plaisir au centre de notre enseignement, le plaisir de découvrir, d'apprendre et réapprendre, de l'effort de se dépasser, de la discipline.

Tout le monde est le bienvenu, toutes générations confondues et principalement des hommes. Les danses s'adressent à tous ceux qui souhaitent pratiquer une activité physique et sociale et permettent l'épanouissement corporel et mental. (à tout âge et venant de tout horizon)

Les professeurs n'ont pas d'autres prétentions que de transmettre leur savoir. Leur enseignement est rigoureux et respecte le standard et la pratique des danses de société. Leur objectif est de rendre les élèves autonomes dans leurs évolutions, leurs donner de l'aisance dans leurs déplacements, leurs faire acquérir une bonne connaissance des danses dont les musiques sont jouées dans les bals ou soirées. (Cha-cha, Rock, Tango, Valse, Rumba, Salsa, Bachata, Paso Doble, Quick-step ...)

La danse maintient la jeunesse du corps et de l'esprit. Dans une ambiance chaleureuse, l'enseignement est progressif et respecte les élèves.

Vous voulez apprendre à danser ou parfaire vos connaissances ? Vous souhaitez joindre l'utile à l'agréable, faire du sport en dansant, pratiquer et vous former dans une école de qualité, dynamique et conviviale ?

**Faites-vous plaisir, YAKADANSE est faite pour vous.**

Venez rejoindre la famille YAKADANSE à la Salle La Tour d'Auvergne, 3 bis rue La Tour d'Auvergne à DINEAULT.

Porte ouverte le lundi 5 septembre 2022, de 20 h à 22 h. Le premier cours est gratuit.

Cours niveau 1 les lundis de 20 h à 22 h - Cours niveau 2 les mercredis de 20 h à 22 h

Entraînements les vendredis, si salle disponible et nombre de participants suffisant.

Un thé dansant animé par Christian LE ROY est prévu le 23/10/2022 à partir de 14 h 30.

Contactez-nous à [yakadanse@outlook.com](mailto:yakadanse@outlook.com) ou Annie au 06 81 80 17 89 ou 02 98 26 01 92.

## L'Association pour la valorisation du Patrimoine de Roscanvel (AVPR) Fait le plein de rendez-vous pour la saison estivale

### Travaux à la pointe de Cornouaille

En cette période d'été devant le renfort des bénévoles et la participation des scouts un nouveau chantier s'ouvre pour l'AVPR : la mise en valeur de la tour modèle 1811 située à la Pointe de Cornouaille, aujourd'hui enfouie sous la végétation et dont le réduit, entouré d'un fossé, était autrefois accessible par un pont-levis.

En accord avec le Conservatoire du littoral et la Communauté de communes l'AVPR s'est vu confier la mission de délièrage et d'ouverture d'un passage dans le fossé.

Devant l'ampleur des travaux, mais aussi pour répondre à leur sollicitation, des scouts du groupe d'Ambert prêteront main-forte aux bénévoles du 21 au 31 juillet prochains. Il s'agit pour ce groupe de 8 jeunes de vivre en communauté tout en découvrant l'environnement et en s'investissant dans une action solidaire.

### Balade et conférence de Marcel Burel \* : des rendez-vous à ne pas manquer

\* **Balade du Mercredi 17 août** (9h : rdv sur la plage de Trez Rouz). Marcel nous raconte de manière plus que vivante la sanglante bataille du 18 juin 1694, il nous conduira ensuite des portes de Crozon à celles de Camaret au travers des lignes de Quéléren en passant par le manoir de Kertoupin (demeure de la famille de Gentil de Quéléren).

\* **Conférence « Roscanvel à travers la presse ancienne » le Mercredi 23 août** (20h : salle des fêtes de Roscanvel). Grâce au talent de narrateur de Marcel Burel et à sa façon d'extraire la substantifique moelle de la presse ancienne vous serez littéralement téléportés dans le riche passé de ce village presqu'îlien.



Association pour  
la valorisation  
du Patrimoine de  
Roscanvel

[patrimoineroscanvel@gmail.com](mailto:patrimoineroscanvel@gmail.com)



Les Professionnels à votre Service

**Cabinet Infirmier  
Roscanvel**



**cherche**



**INFIRMIER(E) LIBERAL(E)**

**07 62 59 29 29 ou Mairie**



**LVC - Métallerie**

**Christophe LEMAIRE**

**Métallerie - Ferronnerie - Soudure  
Ameublement sur mesure  
Compositions acier/inox/bois/verre**

**07 81 60 46 09**

**contact@lvc-metallerie.fr**

**ZA de Kerdanvez - 29160 Crozon**



**Photographe à domicile  
sur la Presqu'île de Crozon.**

Photographie de portrait,  
mariages et autres événements,  
animaux, reportage entreprise,  
immobilier, auto-moto, stages  
photos, vente de paysages



Aurore Goeury - 06 20 80 93 53 - [tyclphotographie@outlook.com](mailto:tyclphotographie@outlook.com) - [www.tyclphotographie.com](http://www.tyclphotographie.com)





**BZK présente : ROTOR VS ROBOT + MIAOU MIAOU**  
**VENDREDI 02 SEPTEMBRE 2022 - 20H00**  
**CENTRE CULTUREL L'AMETHYSTE - CROZON**



### MIAOU MIAOU

"Miaou Miaou c'est une New pop candide quand il le faut et insolente tout le temps, une boîte à rythme à 150 bpm, une basse tonitordante, une guitare catharcystite, des mélodies électroluminescentes, bref un groupe kitsch qui fait de la musique comme vous l'aimez, venez c'est extra!



### ROTOR vs. ROBOT

Plus vite, plus fort, plus haut : c'est Rotor vs. Robot.

Après 15 ans passés à fouler les scènes de France et un peu du Québec, dans un exercice infiniment répété de solitude multi-instrumentée, Rotor Jambreks a décidé de pousser plus loin le bricolage et la débrouillardise au service de la transpiration - et toujours avec des lunettes noires. L'enfant du Tennessee Breton a ainsi pris son fer à souder et une adhésion au fablab. D'un amas de bois et de métal est apparu son alter ego robotique, Robotor, multi-instrumentiste lui aussi. Ce dernier lui permet donc de s'augmenter pour faire autant de bruit que 4 humains, tout en limitant fortement ses coûts de production. Et comme ce robot joue implacablement bien, il permet, à partir d'un substrat rock-soul-blues, d'explorer des territoires un peu plus dissonants. Dans l'esprit d'un certain rock indépendant des années 1990. #Teamleuv #VivantQuandKurtEstMort

En parallèle de ces activités low-tech, Rotor Jambreks explique l'histoire du rock'n'roll et de la soul aux jeunes et aux moins jeunes dans le cadre de concerts-conférences. Une nouvelle va être consacrée au choc de la rencontre entre l'électronique et le grand public, au tournant des années 1980, avec l'aide de Robotor bien sûr. Il mène aussi des ateliers, fait de la création sonore, enregistre et mixe, et il peut même vous gérer vos problèmes de configuration de téléphone portable si besoin, il suffit de demander..



**Tarif : 10 euros - Billeterie : Espace Culturel E.Leclerc Crozon, Librairie Au Parchemin**  
**Organisation : Bande de Zikos de Kraon - Contact : [www.bzk-musique.com](http://www.bzk-musique.com)**



***Des Lions Pour Des Lions?***

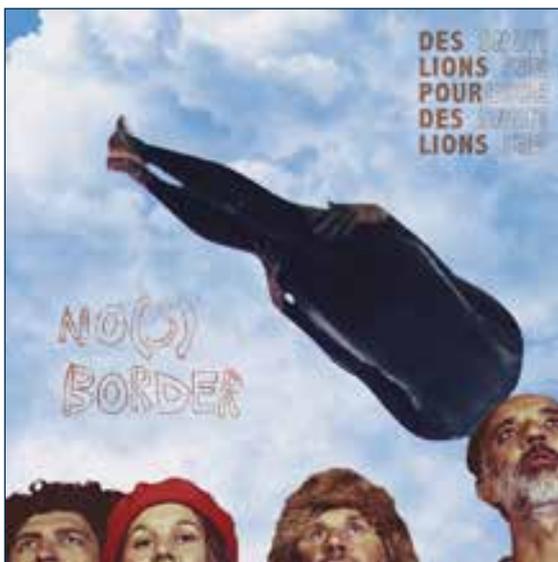
Pas mieux que cette phrase de présentation de la salle de concert angevine Le Chabada : "Des Lions pour des Lions n'est pas une gentille petite fanfare, c'est un dangereux groupe de rock."

Deux cuivres, un dohl (grosse caisse du Rajasthan) et une guitare électrique composent la base de ce quatuor iconoclaste et débridé.

Un véritable maelstrom d'inspirations blues, de musiques contemporaines, de jazz , de punk : un appel à la danse.

"Derviche Safari", leur premier album, nous avait déjà bien étonné (avec ses trois reprises des Rolling Stones, de Purcell et de Mozart) et leur prestation, pour les chanceux présents, aux Mardis de Morgat en juillet 2018 avait été un grand moment.

La première surprise de ce "No(s) Border" est la présence sur deux titres de René Lacaille (passionnant accordéoniste réunionnais, avec une carrière riche et fascinante commencée dans les années 70) et nous vous laisserons découvrir les autres.



En guise de fin, des paroles du troisième titre de cette opus :  
"J'aime les fanfares brutes  
Elles éclairent sans fard  
Celui qui veut bien voir"

*Yann*



### L'essentiel de l'eau brute en Bretagne est prélevé en surface



Crédit photo : Counselling - Pixabay

**Chaque année des millions de mètres cubes d'eau brute sont pris dans les milieux naturels de la région. Ils servent à produire de l'eau potable et répondent aux besoins des activités économiques. La part de l'eau superficielle est prépondérante mais, selon les usages, la contribution de l'eau souterraine peut devenir importante.**

#### **Eau brute : de quoi parle-t-on ?**

L'eau brute est celle présente dans les milieux naturels, en surface (rivières, plans d'eau) ou dans le sous-sol. À ne pas confondre avec l'eau potable qui a suivi un traitement dans une usine de production d'eau potable avant d'être distribuée jusqu'à nos robinets. L'eau potable est donc faite à partir d'eau brute, prise dans des zones de captage superficielles ou souterraines. Les plus importants sites de captage d'eau brute en Bretagne sont sur la Vilaine à Férel (56), la Rance à Plouasné (22), l'Arguenon à Pléven (22), le Gouët à Ploufragan (22) et l'Élorn à Plouédern (29) : *5 sites de captage d'eau brute alimentent 24% de la population bretonne en eau potable.*

#### **Surtout de l'eau prise en surface et pour produire de l'eau potable**

Pour ses prélèvements d'eau brute, la Bretagne s'alimente aux deux-tiers en surface (rivières, barrages), le reste venant des eaux naturelles souterraines (forages, drains et puits). Cette eau sert à plus de 81 % à produire de l'eau potable. Les consommations d'eau par l'agriculture et l'industrie sont mineures au regard du besoin en eau potable.

#### **L'enjeu : avoir de l'eau de qualité toute l'année**

Pour répondre aux besoins des Bretons et des Bretonnes, il faut ponctionner dans les milieux naturels environ 3 % de la ressource en eau disponible dans la région. Cette ressource fluctue parfois grandement au fil des saisons ou d'une année sur l'autre. Les pluies efficaces — c'est-à-dire celles qui alimentent les cours d'eau et rechargent les nappes souterraines après évapotranspiration — fournissent près de 10 milliards de mètres cubes d'eau par an.

La majorité de l'eau prélevée est restituée au milieu naturel après épuration, hormis pour l'irrigation où l'eau est consommée à 100 % par les plantes. Les enjeux de l'alimentation en eau potable (outre le maintien de sa qualité) concernent surtout sa disponibilité tout au long de l'année.

En période estivale, les besoins en eau potable sont plus grands dans les zones touristiques et dans les zones agricoles car c'est la période de l'année pendant laquelle les cultures et le bétail ont le plus besoin d'eau (le cheptel en Bretagne dépasse les 100 millions de têtes de bétail). Pendant les épisodes de tension sur la ressource en eau, certaines exploitations se reportent sur le réseau d'eau potable quand les forages ne sont plus suffisants. Ce report augmente de façon notable la demande en eau potable faisant craindre des difficultés d'approvisionnement pour les réseaux qui n'ont pas été dimensionnés pour ces besoins.

#### **L'évaporation estivale des plans d'eau réduit la ressource en eau brute superficielle**

Les prélèvements d'eau brute sont plus importants à l'est de la région et ont lieu majoritairement au niveau des têtes de bassins versants. Ils ont tendance à augmenter en période de basses eaux. Les pressions les plus fortes s'exercent principalement sur des secteurs où les étiages - plus bas niveaux des eaux - sont peu marqués, mais certains bassins combinent une pression significative et des étiages sévères [3].

#### **Aller plus loin**

Une part importante de l'eau prélevée en surface provient de retenues qui, de juin à septembre, subissent une évaporation naturelle estimée à 0,5 l/s/ha, réduisant de ce fait notablement la ressource disponible. En moyenne de 2015 à 2017, la part perdue en raison de l'évaporation naturelle des plans d'eau, tous usages confondus, a été estimée à 27



% du total d'eau brute prélevée. C'est l'équivalent de la moitié de la quantité d'eau brute prélevée pour produire l'eau potable consommée en Bretagne (56 %).

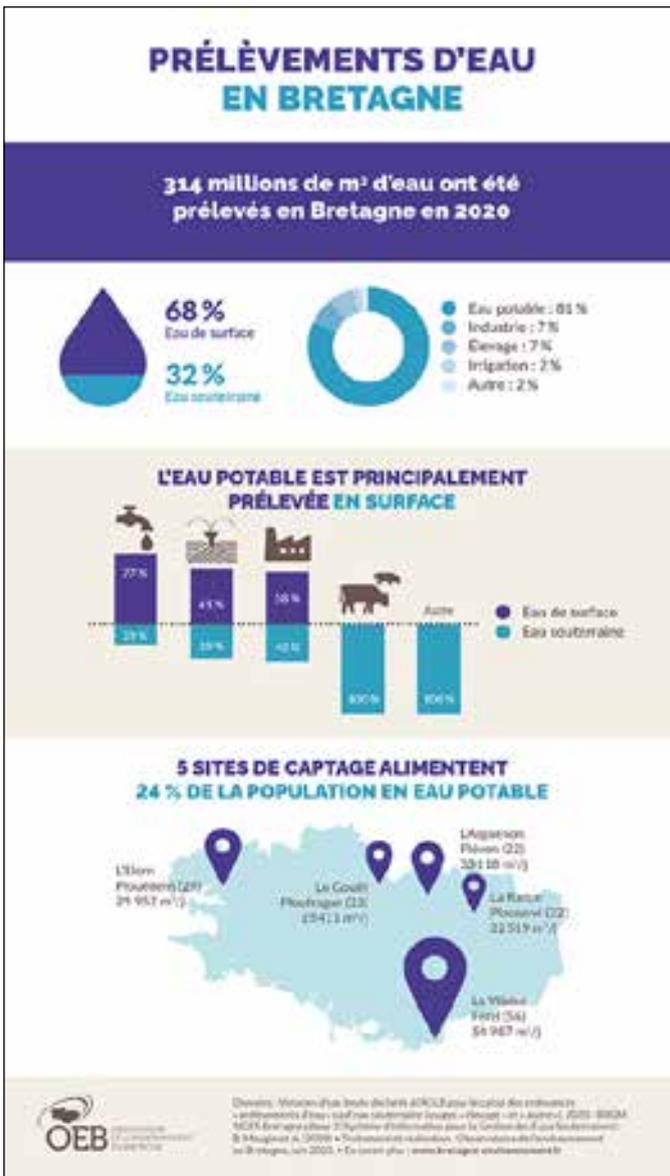
Cette perte peut créer des situations critiques pour la ressource en eau de certains territoires bretons en période d'étiage et nécessite d'aller chercher l'eau où elle se trouve. C'est le cas du bassin de la Vilaine où l'évaporation des plans d'eau peut représenter jusqu'à 48 % du total d'eau prélevée. Cette perte n'est plus « compensée » par la restitution de l'eau issue des rejets des stations d'épuration des eaux usées et ce alors que le bassin versant est importateur d'eau potable prélevée dans les autres départements [3].

Au-delà de l'augmentation du risque d'assèchement du cours d'eau en période estivale liée au volume d'eau prélevé, les retenues d'eau potable altèrent les habitats aquatiques en créant une augmentation de la température de l'eau, un ennoiment des habitats de reproduction et la création de barrières successives faisant obstacle à la continuité écologique des cours d'eau.

L'Agence de l'eau Loire-Bretagne estime la quantité d'eau brute prélevée à partir des redevances payées pour l'eau potable, dès lors que la déclaration annuelle dépasse 7 000 mètres cubes d'eau par an. Cette estimation ne tient donc pas compte des petits prélèvements et des forages des particuliers. Les prélèvements souterrains seraient ainsi sous-évalués [4]. En corrigeant les prélèvements de cette partie sous-estimée, le BRGM considère qu'en 2009, au moins 100 millions de mètres cubes d'eau souterraine ont été pris dans le milieu naturel, soit 38 % des volumes prélevés.

### MON TERRITOIRE

Découvrez les données sur les prélèvements en eau de votre commune sur le site Web de la banque nationale des prélèvements quantitatifs en eau (BNPE). Les données fournies concernent le volume total prélevé, la synthèse des usages faits de ces prélèvements, l'origine de l'eau (surface continentale/souterraine), l'évolution annuelle des prélèvements ainsi qu'une synthèse géographique des volumes prélevés.



<https://bretagne-environnement.fr/prelevement-eau-surface-souterraine-potable-elevage-irrigation-bretagne-article>



### Objectif summer body : tous égaux face à la perte de poids, vraiment ?

Les gros titres des magazines promettent aux lecteurs et lectrices des méthodes infaillibles pour une perte de poids rapide et efficace, pour un corps sculpté, plus esthétique ou plus athlétique, alliant à la fois ventre plat et tablettes de chocolat. Canal Détox fait le point sur les recherches scientifiques qui ont tenté de mieux comprendre comment notre poids est finement régulé..



Avec l'arrivée des beaux jours, les « objectifs bikini » ou summer body font la couverture des magazines. Les gros titres promettent aux lecteurs et lectrices des méthodes infaillibles pour une perte de poids rapide et efficace, pour un corps sculpté, plus esthétique ou plus athlétique, alliant à la fois ventre plat et tablettes de chocolat. Incontournable pour passer « l'épreuve » du maillot de bain cet été.

Mais que penser de ces formules « miracles » ? Les méthodes fréquemment proposées fonctionnent-elles ? Et sommes-nous tous égaux face à la perte de poids ?

Canal Détox fait le point sur les recherches scientifiques qui ont tenté de mieux comprendre comment notre poids est finement régulé.

#### La formule d'une perte de poids miracle, efficace, vraiment ?

Le surpoids et l'obésité sont communément liés à un déséquilibre entre l'apport énergétique (les calories consommées) et la dépense énergétique (activité physique) : l'apport énergétique dépasse la dépense sur une longue période. Les stratégies de perte de poids relayées dans les médias suivent le plus souvent cette logique, conseillant à la fois une augmentation de l'activité physique et une restriction de la prise alimentaire.

Un très grand nombre d'études s'est déjà penché sur l'efficacité des régimes alimentaires reposant sur une restriction des calories consommées qui promettent un maximum de résultats en très peu de temps. Pour les scientifiques, leur efficacité reste pourtant limitée sur le long terme. Si une perte de poids dans les six premiers mois peut parfois être constatée, entre un et deux tiers du poids perdu serait regagné dans les cinq années.

Les études s'accordent toutefois à dire qu'une perte de poids, même de 5 %, entraînerait des bénéfices métaboliques importants : baisse du glucose, baisse du niveau des triglycérides dans le sang, réduction des risques cardiovasculaires.

#### L'existence d'une « susceptibilité individuelle »

Outre l'efficacité limitée des régimes, les scientifiques ont constaté une très grande variation interindividuelle dans la façon dont notre corps régule le poids, y compris lorsque le suivi des apports alimentaires est très contrôlé dans le cadre de la recherche. Des résultats qui soulignent l'importance de s'intéresser aux trajectoires individuelles pour comprendre les mécanismes de la perte de poids et élaborer des solutions personnalisées, adaptées à chacun.





Cette variabilité que l'on peut désigner sous le terme de « susceptibilité individuelle » a été mise en évidence grâce à plusieurs études épidémiologiques. Par exemple, dans le cadre d'une étude menée au début des années 1990 au Québec, des chercheurs ont convié des jumeaux monozygotes à tous consommer 1 000 calories de plus par jour, par rapport à leur consommation habituelle, pendant environ 100 jours. À l'issue de l'étude, des inégalités dans la prise de poids et de masse grasse ont été constatées, mais la variabilité était plus faible au sein d'une même paire de jumeaux (qui partageait donc le même patrimoine génétique) qu'entre différentes paires. Des résultats semblables ont été obtenus vis-à-vis de la perte de poids, en étudiant des jumeaux soumis à un régime calorique restrictif.

Des facteurs génétiques pourraient donc être impliqués dans le développement de l'obésité. Un individu a deux à huit fois plus de chances d'être obèse si des membres de sa famille le sont eux-mêmes. Plusieurs équipes ont identifié de nombreux gènes impliqués dans la prise de poids, l'obésité sévère et/ou les complications de l'obésité. Une autre étude a montré par ailleurs que la minceur serait en partie expliquée par les gènes. À noter que si chaque gène pris individuellement n'exerce qu'un faible rôle sur la masse et la composition corporelle, la contribution de ces gènes devient significative lorsqu'ils interagissent avec des facteurs externes tels que le déséquilibre énergétique.

Outre la génétique, l'âge, le stress, les hormones ou encore le sommeil et les rythmes biologiques, sont autant de facteurs qui peuvent influencer sur la régulation du poids et qui interviennent de façon différente d'une personne à l'autre. Des études scientifiques ont par exemple révélé que la durée du sommeil avait une incidence sur la prise ou la perte de poids. Récemment, les résultats d'une étude menée aux États-Unis montraient que dormir plus longtemps facilitait la perte de poids. Le manque de sommeil étant considéré comme un facteur de risque reconnu d'obésité, ces résultats soulignent une nouvelle fois l'importance d'explorer aussi les relations entre poids et sommeil pour favoriser la perte de poids à titre individuel.

#### **Le rôle du cerveau dans la régulation du poids**

Pour mieux comprendre les mécanismes associés à la prise et la perte de poids, les scientifiques ne peuvent faire l'impasse sur le rôle clé du cerveau. Des équipes de recherche s'intéressent plus spécifiquement à l'étude des mécanismes qui sont impliqués au niveau cérébral et à l'action clé de « senseurs énergétiques » dans la régulation de la prise alimentaire et du poids corporel. Ces molécules agissent tels les indicateurs de carburant dans nos voitures, elles signalent à notre cerveau nos besoins en fonction du niveau de nos réserves énergétiques.

Parmi ces molécules étudiées depuis plus de 20 ans, on retrouve la leptine ou « hormone de satiété » : elle est sécrétée par le tissu adipeux, proportionnellement aux réserves de graisses dans l'organisme, et régule l'appétit en contrôlant la sensation de satiété. De nombreuses études ont révélé que le transport de la leptine et sa signalisation était altéré chez les sujets obèses et en surpoids, expliquant en partie des dysfonctionnements dans la régulation de l'appétit, puisque l'information de satiété parvient plus difficilement à atteindre le cerveau.

Si la recherche s'accorde sur le fait qu'il n'existe pas de solution « miracle » pour garantir une perte de poids efficace, qui convienne à tous les individus, les bienfaits d'une activité physique régulière sur la santé ont par ailleurs été démontrés.

Les scientifiques recommandent également d'accompagner l'activité physique d'une alimentation moins riche en sucres, graisses saturées, sel et calories et plus riche en fibres et fruits et légumes. C'est ainsi qu'est né le logo Nutri-Score, développé pour aider les consommateurs à choisir des produits de meilleure qualité nutritionnelle dans les rayons, et encourager les industriels à améliorer la qualité nutritionnelle de leurs produits.

*Lire le communiqué de presse : La consommation d'aliments moins bien classés au moyen du Nutri-Score associée à une mortalité accrue*

*Lire la synthèse de l'expertise collective de l'Inserm : Activité physique : Prévention et traitement des maladies chroniques*

*Texte écrit avec l'aide de la chercheuse Karine Clément, unité 1269 Inserm/Sorbonne Université, Nutrition et obésités : approches systémiques (Nutriomique)*

<https://presse.inserm.fr/objectif-summer-body-tous-egaux-face-a-la-perte-de-poids-vraiment/45588/>



## Infos Pratiques

### Numéros d'urgences

Appel d'urgence européen : 112	CHU Brest : 02 98 22 33 33
Samu : 15	Urgences pédiatriques (jusqu'à 15 ans), hôpital Morvan : 02 98 22 33 33
Police Secours - gendarmerie : 17	Urgences hôpital des armées Brest : 02 98 43 72 33
Pompiers : 18	Urgences Keraudren - Brest : 02 98 34 29 27
Pharmacie de garde : 3237	
Centre anti-poison : 02 99 59 22 22	
Sauvetage en mer : 196	
Hôpital de la Presqu'île : 02 98 26 28 00	

### Piscine Nautil'Ys

#### Horaires d'ouverture - Période scolaire

1 rue Alain - 29160 Crozon - Tél. : 02.98.16.00.40 - [www.piscinenautilyys.bzh](http://www.piscinenautilyys.bzh)

Mardi : .....	11h00 - 13h30.....	19h00 - 21h30
Mercredi : .....	14h00 - 16h30 .....	
Jeudi : .....	11h00 - 13h30.....	
Vendredi : .....		19h00 - 21h30
Samedi : .....	15h00 - 18h00 .....	
Dimanche : .....	9h00 - 12h30.....	15h00 - 18h00 .....

Créneau "Personnes à mobilité réduite" : tous les jeudis soirs de 18h à 19h

### Transport à la Demande (TAD)

Pour en savoir plus : [www.comcom-crozon.bzh](http://www.comcom-crozon.bzh)  
Rubrique Vivre ici - Déplacements et transports

**Vers Crozon** : Relie les communes de la presqu'île à la gare SNCF de Crozon. Le 2ème et 4ème mercredi matin et le samedi après-midi. Horaires et arrêts : [www.cat29.fr](http://www.cat29.fr) - Réservations au 02.98.90.88.89 de 7h à 17h la veille de votre déplacement. (le vendredi pour le lundi)

**Vers Brest** : depuis Roscanvel, Morgat, Landévennec et Rosnoën vers la ligne 34 (Camaret-Brest). Horaires et arrêts : [www.cat29.fr](http://www.cat29.fr)

### Déchèteries

#### Horaires d'ouverture du 1er avril au 30 Septembre

**Crozon** : Zone d'activité de Kerdanvez - Ouvert du lundi au samedi (sauf jours fériés) de 9h00 à 11h55 et de 13h30 à 17h45. Tél. : 02.98.16.01.49

**Camaret sur Mer** : Navarrou - Lambézen - Ouvert lundi, mardi, jeudi, vendredi et samedi (sauf jours fériés) de 9h00 à 11h55 et de 13h30 à 17h45. Tél. : 02.98.27.95.28

**Rosnoën** : Kerguelen - Ouvert lundi, mercredi, vendredi et samedi (sauf jours fériés) de 9h00 à 11h55 et de 13h30 à 17h45. Tél. : 02.98.81.95.51

### Recyclerie - Objets d'occasion en bon état à prix modique

#### Horaires d'ouverture

**Crozon** : Zone d'activité de Kerdanvez - Ouvert du lundi au vendredi de 9h30 à 12h00 et de 14h00 à 16h30. Tél. : 02.98.27.62.11

### Marchés

#### Où et quand faire votre marché

Argol : .....	Tous les jeudis matin place de l'église
Camaret : .....	Tous les mardis matin place Charles de Gaulle
Crozon : .....	Marché journalier : tous les matins sauf le lundi place de l'église Grande foire : les 2ème et 4ème mercredis du mois le matin
Lanvéoc : .....	Tous les vendredis de 16h à 20h, place de la Mairie
Le Faou : .....	Tous les samedis matin, place des Fusillés et Résistants
Morgat : .....	Marché d'été : les 1er, 3ème et 5ème mercredis le matin
Pont-de-Buis : ...	Tous les vendredis matin place du 19 mars 1962
Telgruc : .....	Tous les mardis et vendredis matin place de la Mairie





### La nouvelle espèce immobilière



**Vous souhaitez vendre ou acheter sur la presqu'île de Crozon ?...**

Je vous accompagne dans votre projet immobilier sur Crozon, Morgat, Camaret, Telgruc, le Fret, Roscanvel, Landévennec, Argol, Lanvéoc, le Faou.

**ME CONTACTER**

**Eric EMERY**

Votre conseiller immobilier sur la Presqu'île de Crozon  
**07 86 12 55 56 - e.emery@proprietes-privées.com**



**Ty Billig**  
**CRÊPERIE**  
**BAR - SNACK**

Réservations  
au 02 98 23 54 01  
4 Place de l'Église - Roscanvel  
valtybillig@orange.fr

**CONNECT**  
**INFORMATIQUE**  
Dépannage informatique  
A proximité de chez vous !

- Ventes Informatiques (PC et Apple) Et Consommables
- Neuf ou Reconditionnés
- Réparation/Maintenance
  - Réparation Smartphones (Pièces originales\* Apple)
  - Jeux de Société

**Coriolis** NOUVEAU: Découvrez nos offres de forfaits mobile et téléphones

T : 02 98 26 58 56  
10, bis Rue Anne Mesmeur Crozon (juste derrière L'église)  
contact@connect-crozon.fr  
www.connect-crozon.fr

Ouvert du Lundi au Samedi

\*voir conditions en magasin

**& L'Esperluette &**

Lecture - Correction - Réécriture  
(Certification professionnelle CEC Paris)

Contact :  
Tél. : 06 49 70 14 36  
Esperluette-en-Bretagne@laposte.net

**RéNova**

**Rénovation et décoration d'intérieur**

**Placo et Pose d'isolation - Enduit à la chaux**  
**Maçonnerie générale**

Lieu dit Kerret  
29160 - Crozon

02 98 23 07 56  
07 48 54 29 19



Découvrez le nouveau livre  
de Serge Kergoat



**Chouibou revient pour les enfants  
avec 25 nouveaux oiseaux à découvrir !**

Un livre étudié pour éveiller l'enfant et stimuler sa curiosité.  
Une couverture cartonnée, une iconographie riche et de nombreux pictogrammes.  
48 pages en vente chez votre libraire au prix de 12 euros



*Achats - Ventes - Recherches - Dons*

- Vide grenier à Kerroux, Cap de la Chèvre - de 09h à 17 h les 9 et 10 Août - Contact : 06 07 81 68 64. (08-2022)
- ENLEVEMENT ou VIDANGE GRATUITE de cuves à fioul - Contact : 06.98.34.42.36 (12-2022)

Pour faire paraître une petite annonce dans «Al Louarnig», faites nous parvenir vos textes (et photos) par voie postale ou numérique accompagnés d'un chèque à l'ordre de Com à l'Ouest en règlement de votre parution.

Adresse postale : Com à l'Ouest - Petites Annonces - 3 venelle du Penker - 29570 Roscanvel  
Courriel : [allouarnig@comalouest.fr](mailto:allouarnig@comalouest.fr)

Tarifs pour 1 parution : Texte seul = 3.00 € - Texte & photo = 8.50 €

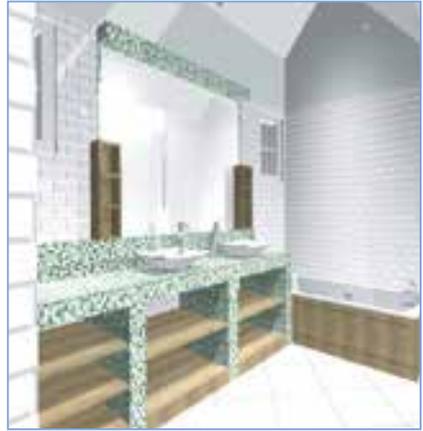


modus  
architecture intérieure



Rénovation & extension de maisons  
Aménagement intérieur tous commerces  
Conception de projet  
Coordination de chantier

tél. : 06 08 57 61 54  
mail : gazin.bruno@orange.fr  
www.gazin-architecte-interieur.fr



Rénovation maison en presqu'île de Crozon

**VANDENBROUCKE**  
sarl

**PEINTURE - RAVALEMENT**  
**DÉCORATION**  
**REVÊTEMENT de SOL - MOQUETTES**



65, route du Poulmic - 29160 LANVÉOC

Tél. : 02 98 27 52 33

Mob. : 06 89 30 66 34

[www.vandenbrouckepinture.fr](http://www.vandenbrouckepinture.fr)  
[sarl.vandenbrouck@orange.fr](mailto:sarl.vandenbrouck@orange.fr)

**PRESQU'ÎLE RÉNOVATION**



**Cloisons sèches**  
**Isolation - Carrelage**  
**Menuiseries - Parquets**

**Port. : 06.84.74.58.29**

65 route du Poulmic - 29160 LANVEOC

[jcaradec@presquile-renovation.fr](mailto:jcaradec@presquile-renovation.fr)  
[www.presquile-renovation.fr](http://www.presquile-renovation.fr)



Le Bois  
**d'Olivier**  
ébéniste

ZA de Kerdanvez  
29160 CROZON

Tél. : 02 98 27 06 85

Mob. : 06 62 54 96 14

[boisdolivier@orange.fr](mailto:boisdolivier@orange.fr)

[f leboisdoliviercrozon](https://www.facebook.com/leboisdoliviercrozon)

**EBENISTERIE**  
**MENUISERIE**  
**CONCEPTION**  
**FABRICATION**  
**POSE**

Agencement cuisine, dressing ...  
Parquet, terrasse ...

Restauration de meubles  
Menuiserie intérieure & extérieure



Réalisation d'un dressing



Les Professionnels à votre Service

# LA RADE

## BAR - RESTAURANT - GRILL - SNACK



☎ 02 98 27 52 19

@ bhrdelarade@orange.fr

📍 1 rue de la Grève - 29160 Lanvéoc

# ENTRÉE LIBRE

CHAUSSURES & ACCESSOIRES | 02.98.27.11.49



2 rue Charles Levezé - 29160 Crozon

02 98 27 11 49 - 06 80 40 18 07



mallory.leborgne@orange.fr

LA MODE, LE CHOIX  
LE PRIX !!!

**MEPHISTO**  
THE WORLD'S FINEST WALKING SHOES™

**BIRKENSTOCK**

♥ **MAM'ZELLE**

**havaianas**®

**MÉLINÉ**  
made in italy

**C L11**  
SNEAKERS

**REDSKINS**

**NeroGiardini**

**Myma**

**F**

FUGITIVE

**Les Tropeziennes**  
PAR M.BELARBI

**ALPE**  
WOMAN SHOES

**remonte**

**Gabor**®

**mjus**

**Eva Frutos**

Made in Spain

*La Maison de  
L'Espadrille*

Vous êtes dirigeant d'une société, d'un commerce, artisan, entrepreneur individuel ...  
et vous souhaitez être présent comme annonceur dans une de nos prochaines parutions ;  
contactez-nous par téléphone au 02.98.73.58.80  
ou par mail sur [allouarnig@comalouest.fr](mailto:allouarnig@comalouest.fr)

