

La compagnie Mycélium et les étudiants du lycée de Suscinio ouvrent les portes de la nuit noire morlaisienne

Quand les arts de la rue font leur part dans les transitions écologiques, que l'obscurité se dissipe sur la trame noire (1) du territoire de Morlaix Communauté, avec : la compagnie Mycélium – théâtre de rue et de chemin, les étudiant.e.s de BTS gestion et Protection de la Nature du lycée de Suscinio, l'Ulamir-CPIE de Morlaix et l'intercommunalité...

Plus personne ne peut l'ignorer : les populations humaines sont confrontées à de cruciaux enjeux écologiques croisés que sont la perte de biodiversité et le changement climatique. Force est de le constater à toutes les échelles, de la plus globale à la plus locale. Face à cela, s'organisent et se mettent en œuvre d'indispensables actions de transitions écologiques au travers de projets de territoires, désormais en concertation avec leurs acteurs socio-économiques. De plus en plus plébiscitée par nombre de citoyen.ne.s, la concertation constitue en effet une méthode d'intelligence collective qui s'éprouve et se peaufine au fil des expérimentations, au plus près du quotidien et des lieux de cohabitation de tous les vivants.

Car il s'agit rien moins que d'opérer à d'indispensables changements de comportements, dans toutes les strates de nos activités pour les rendre beaucoup plus soutenables. Ce n'est pas une mince affaire tant nos habitus façonnent profondément nos cultures... et inversement. Dès lors, quoi de plus réjouissant que de voir des acteurs du spectacle vivant, comme la compagnie Mycélium, s'emparer avec pertinence et créativité de ces sujets fondamentaux pour toutes et tous, en faisant

appel aux imaginaires et aux sensibilités.

La compagnie Mycélium, champignon du début d'un autre monde...

Depuis ses débuts, la compagnie de théâtre de rue et de chemin, Mycélium, «née de la rencontre d'un écologue et d'une comédienne dans une lointaine forêt normande », créée pour les espaces publics, des spectacles de théâtre questionnant avec humour et engagement nos liens à nos environnements naturels et urbains. Elle a développé des écritures in situ, en invitant différents artistes à intervenir dans des quartiers de villes ou même des exploitations agricoles en milieu rural. Depuis un an, elle développe des projets de territoire plus structurés, toujours en lien avec les thématiques écologiques et sociétales, pensés de manière globale et enrichissant ses créations de spectacles. Celles-ci se nourrissent d'actions territoriales, en souhaitant en retour que ses créations et leur diffusion contribuent à faire avancer la cause écologique dans les territoires.

« Nos écritures interagissent avec les paysages vivants et mouvants, urbains et ruraux ; nous plongeons dans le réel avec un théâtre absurde, physique et sensible, afin de proposer d'autres imaginaires sur nos rapports aux vivants. Tout en grattant un peu quand même », indiquent Albane Danflous et Gabriel Soulard, les deux comédien.ne.s de la compagnie. *« Nous créons et jouons des spectacles mais aussi des balades, des enquêtes sociologiques, des réunions professionnelles ou citoyennes, des interventions en milieu scolaire à la confluence des arts et des sciences ».*

Le choix du nom de la compagnie ne doit sans doute rien au hasard, le Mycélium ayant encore beaucoup de choses à apprendre aux communautés humaines quant à son fonctionnement en réseaux collaboratifs, à l'instar des champignons Matsutakes, héros du stimulant livre (2) de la professeure d'anthropologie Anna Lowenhaupt Tsing, «Le champignon de la

fin du monde» (éd La Découverte, 2017).

Le territoire de Morlaix Communauté : fabrique de concertation spectaculaire pour le rétablissement de la nuit noire

« *L'Ulamir-CPIE de Morlaix et Morlaix Communauté travaillent depuis 3 ans, avec le lycée agricole de Suscinio sur la sensibilisation des acteurs du territoire aux continuités écologiques que sont les trames verte, bleue et plus récemment la trame noire* », soulignent Véronique Javoise et Alexandre Bayer, respectivement enseignant.e.s d'éducation socioculturelle et d'aménagement auprès des étudiant.es de BTS gestion et Protection de la Nature du lycée. Dans le cadre de leur formation, ils et elles ont ainsi mené chaque année, des enquêtes auprès des habitant.e.s, entreprises, élu.e.s de l'intercommunalité afin de mieux faire connaître l'importance que représente cet « *ensemble de corridors écologiques aquatiques, terrestres et caractérisés par une certaine obscurité et empruntés par les espèces nocturnes* » : la trame noire.

«*Suite à cela, des restitutions ont eu lieu à destination du grand public et des élu.e.s pour sensibiliser à ces questions. Cette collaboration s'accroît aujourd'hui avec l'accueil d'une compagnie d'arts de la rue pour poursuivre une collaboration fructueuse et créative sur le territoire* », poursuivent les enseignant.e.s. « Il s'agit de traiter différemment du thème de la nature en ville, et plus précisément de l'acceptation sociale du rétablissement de continuités noires permettant à la faune et à la flore de reconquérir et de traverser des espaces aménagés et urbanisés par un éclairage réduit de nuit», concluent les enseignant.e.s qui travaillent en équipe interdisciplinaire pour ce projet.



Premier contact entre la compagnie Mycélium et les étudiant.e.s de BTS GPN, à La Manufacture de Morlaix Et c'est là qu'entre en scène la compagnie Mycélium qui, avec ses trois comédien-nes et sa chargée de projet – Albane Danflous, Gabriel Soulard, Jonathan Aubart et Lucile Malapert – accompagnent les étudiant.e.s de BTS GPN dans cette aventure singulière : réaliser une concertation auprès des habitant.e.s de l'agglomération morlaisienne sur la biodiversité nocturne et la diminution de l'éclairage public, en s'autorisant un pas de côté artistique. Pour ce faire, la compagnie est elle-même accompagnée par Le Fourneau – Brest, Centre national des arts de la rue et des espaces publics. Le projet est soutenu financièrement par la Région et la Direction régionale des affaires Culturelles.

Les chauves-souris de La Manufacture, guest-stars de sciences joyeuses spectaculaires

La compagnie a ouvert le bal nocturne en beauté, début octobre 2021, dans le jardin remarquable de La Manufacture morlaisienne, avec une sortie de résidence de sa « Symphonie

des chauves-souris ». Ce spectacle déjà bien avancé dans la création, après plusieurs sorties publiques réussies, parle justement de la peur des vivants non-humains et des modes de communication différents interspécifiques (<https://www.ciemycelium.com/copie-de-cr%C3%A9ations-%C3%A9ph%C3%A9m%C3%A8res>). Il y est question d'échanger des signes avec les chauves-souris à travers un dispositif innovant de détecteur d'ultra-sons permettant de chanter et de faire de la musique avec elle (3).

Et quel plus bel écrin nocturne que ce Jardin remarquable de La Manufacture, entretenu par son « jardinier-artiste », Tiphaine Hameau (4) que la compagnie a bien évidemment rencontré !



A la découverte de la Symphonie des chauve-souris dans le Jardin de La Manufacture de Morlaix – Copyright photo : demi-sel production / CNAREP Le Fourneau Bretagne

Ce dernier y effectue un accompagnement permaculturel des dynamiques des végétaux en les valorisant et surtout en rendant acceptable un certain lâcher-prise de la nature en ville par son esthétisation. *«Le côté caché, la part d'ombre que représente le jardin était aussi un bon point de départ pour propager ces conceptions ailleurs en ville »*, soulignent

Albane et Gabriel de la compagnie Mycélium. A ce titre, le jardin est pour cette dernière, le cheval de Troie de la biodiversité dans Morlaix !

L'enjeu est de taille puisque de nombreuses espèces régressent à cause de l'éclairage : les végétaux comme les animaux, des poissons aux chauves-souris. Les étudiant.e.s vont ainsi rencontrer d'ici plusieurs semaines les habitant.e.s et leur proposer un dialogue et des expériences, visant à préparer une planification raisonnée de la réduction de l'éclairage. Selon une enquête qu'ils et elles ont réalisée en 2020, plus de 80% des habitant.e.s enquêtés à Morlaix s'étaient montrés favorables à une réduction de l'éclairage public.

Avec un premier tour de chauffe début janvier : les 4, 5 et 6 janvier, les étudiant.e.s accompagné.e.s par l'équipe de la compagnie Mycélium vont préparer sur le terrain l'événement qui aura lieu du 17 au 19 mars prochain et fera l'objet d'un second article. Affaire à suivre, donc...

(1) Définition de la Trame noire : extrait de l'Office Français de la Biodiversité: «

La pollution lumineuse a de nombreuses conséquences sur la biodiversité. La lumière artificielle nocturne possède en effet un pouvoir d'attraction ou de répulsion sur les animaux vivant la nuit. Ce phénomène impacte les populations et la répartition des espèces : certaines d'entre elles – insectes, oiseaux, jeunes tortues marines, etc. – attirées par les points lumineux, sont inévitablement désorientées vers des pièges écologiques. D'autres qui évitent la lumière – chauves-souris, mammifères terrestres, lucioles et vers luisants, etc. – voient leur habitat se dégrader ou disparaître. L'éclairage artificiel peut ainsi former des zones infranchissables pour certains animaux et fragmenter les habitats naturels. Il apparaît donc indispensable de préserver et restaurer un réseau écologique propice à la vie nocturne : la Trame noire. »

(2) « Le champignon de la fin du monde » , aux éditions La Découverte : « Dans son livre, l'auteure invite à une nouvelle manière de faire de la biologie : les champignons sont une espèce très particulière qui bouscule les fondements des sciences du vivant. Les matsutakes ne sont donc pas un prétexte ou une métaphore, ils sont le support surprenant d'une leçon d'optimisme dans un monde désespérant. »

(3) Pour les mordu.e.s de communications interspécifiques, une plongée dans le jubilatoire livre de la philosophe Vinciane Desprets, « Autobiographie d'un poulpe et autres récits d'anticipation » (éd Actes Sud, 2021) est hautement recommandable.

(4) Retrouvez le portrait-interview que nous avons effectué de Tiphaine Hameau, en décembre 2021 : <https://www.eco-bretons.info/rencontre-tiphaine-hameau-en-ce-lent-jardin/>

Tout savoir sur la compagnie Mycélium : <https://www.ciemycelium.com/>

A Vélo Au Boulot, ou comment passer de l'expérimentation à l'usage quotidien du vélo dans l'entreprise?

Des éléments de réponses chez Essences Bois, entreprise morlaisienne de menuiserie en éco-rénovation depuis 2006, rencontre avec son dirigeant, Tristan Brisset.

– Comment et pourquoi avez-vous créé Essences Bois? Quelle a été votre démarche pour sa création?

J'ai décidé de créer Essences Bois en 2006, après 10 ans dans le métier, car mes convictions et mes valeurs environnementales personnelles se trouvaient confrontées à de plus en plus de dissonance cognitive.

En créant ma propre structure, je pouvais décider des matériaux et des produits à utiliser qui correspondaient à mes critères écologiques. Et je souhaitais également instaurer d'autres formes de rapports humains dans le mode de fonctionnement d'une entreprise, jusqu'ici bien trop verticaux à mon goût.

Aujourd'hui, nous sommes, au total 5 personnes à composer l'effectif. Des parcours variés, des reconversions... et à chaque fois de belles rencontres humaines.

– Qu'est-ce qui vous a amené à envisager le vélo dans votre activité professionnelle ?

Je dirai que c'était sans doute depuis un moment en gestation, en attente d'un facteur déclencheur. Depuis 2015 et la découverte de Pablo Servigne et Raphaël Stevens, les co-auteurs de « Comment tout peut s'effondrer ? » et la claque reçue à cette lecture, qui m'a dirigé vers d'autres lectures, des écoutes de podcasts, des conférences, des vidéos. Cela m'a permis d'acquérir une vision plus holistique de notre rapport à notre environnement et surtout de notre dépendance aux énergies fossiles. Ces dernières, à plus de 80 % au niveau mondial, nous permettent tout aujourd'hui. Dont une part importante pour le transport. La mondialisation est principalement, un flux permanent de matières, de produits, de denrées...fortement émetteur de GES (Gaz à Effet de Serre)

Nous allons devoir faire face au dérèglement climatique causé par notre activité humaine et, entre autre devoir, revoir nos moyens de déplacements. Il y a bien sur plusieurs niveaux

d'actions, individuelles, collectives, normatives, législatives, institutionnelles et également dans le monde de l'entreprise. Alors, à notre niveau, que pouvons-nous dès à présent mettre en place et qui puisse aussi inciter d'autres à prendre notre roue, pour rester dans le thème du vélo ?

La rencontre d'un artisan du Sud-Finistère, qui fabrique des vélos utilitaires sur mesure à assistance électrique, m'a fait découvrir les triporteurs et l'univers utilitaire du vélo. Je consulte les petites annonces sur Internet, et je trouve un triporteur d'occasion qui avait été fabriqué 10 ans auparavant par ce même artisan. Histoire de rencontre, de nouveau. Pas simple à prendre en main, le moteur est fatigué et sans doute pas adapté à notre ville escarpée qu'est Morlaix. Qu'importe, il faut s'engager dans cette voie !

Outre l'interpellation que cela suscite, cela permet de créer ou de recréer du lien social. Il est possible de se parler à vélo, d'échanger sur une portion de trajet. De se dire quelques mots aux feux tricolores avec les autres usagers piétons.

– Comment avez-vous amené vos salariés dans cette aventure ?

A la rentrée, j'en parle avec mes collègues. J'envisage les chantiers du centre ville avec cet outil. Puis, très rapidement, au fil de nos échanges, j'envisage d'investir dans des VAE (Vélo à Assistance Électrique) pour, dans un premier temps, effectuer les trajets domicile-travail à vélo.

Pour appuyer cet élan, il y a le fait que tout le monde habite dans un rayon de 2 kilomètres autour de l'atelier . Pol, l'apprenti, est le plus proche et il vient déjà à pied. Chez Fred, je ressens de l'appréhension, il a une petite fille en bas âge et se projette dans la logistique pour l'accompagner chez la nourrice . Quant à Gonzague, le plus enthousiaste des trois, il y pensait depuis un moment, sans avoir le budget pour franchir le cap. Les VAE arrivent juste avant les congés

de Noël, et en cette période propice, une remorque pour le transport d'enfants arrivera aussi chez Gonzague ce qui déclenchera, début 2019, la joie de ses enfants de pouvoir aller à l'école en remorque derrière leur papa.

L'adhésion est partagée par tous, mais à des degrés divers et il subsiste des interrogations. Cependant, en laissant le temps aux personnes de s'approprier ces changements de pratiques, elles y viennent et de manière durable.



Sur la photo : Comme l'entreprise morlaisienne est en activité partielle du fait du confinement pour l'ensemble des salariés, Essence Bois met ses services aux besoins des autres artisans commerçants... fabrication d'une deuxième caisse en contre-plaqué pour le Bergamont Cargo de MLC afin qu'il puisse assurer ses livraisons de matériels auprès de ses clients...Un peu de R&D pour pouvoir superposer les deux caisses.

– Au bout de deux ans, quel bilan dressez-vous ? Comment

réagissent vos clients ?

Nous avons expérimenté toute l'année 2019, remplacé certains VAE par d'autres plus adaptés, investi dans un VAE supplémentaire, une remorque à vélo pour pouvoir transporter des matériaux et/ou du matériel. Puis opté pour l'acquisition de vélos cargo car ce modèle nous semble être le plus adapté à notre activité.

Nous avons pu valider nos déplacements jusqu'à 15 Kms autour de l'atelier, quelque soit la topographie et même jusqu'à 20 Kms maximum sur terrain plat (oui, c'est très très rare).

J'ai participé, à Angers en janvier 2019, au regroupement et à la création d'une association nationale regroupant les entreprises qui se déplacent à vélo, Les Boîtes à vélos France. Parmi les 180 représentant-e-s de grandes villes, Morlaix faisait office d'exception tant par sa taille que sa topographie !

De nouvelles et belles rencontres de personnes impliquées depuis 2012 comme les pionniers nantais, une pionnière plombière même, se sont déroulées. Il y avait des fabricants de matériels dédiés, des menuisiers à vélo... Une confirmation pour moi du choix de s'être orienté vers ce moyen de transport...du futur.

En 2020, juste avant le début de la crise sanitaire, j'ai pu assister au congrès national de la FUB (Fédération des Usagers de la Bicyclette) à Bordeaux et à la remise des trophées du Baromètre des villes cyclables. Encore de belles rencontres, enrichissantes, dynamisantes, inspirantes !

Quant à nos client-es, ils et elles sont surpris-es, curieux-ses, admiratif-ves et souvent fier-es de notre cohérence globale dans la pratique de notre activité professionnelle.

Aujourd'hui, après plus de deux années d'expérimentation, deux personnes sont venues rejoindre l'équipe et elles sont venues

aussi avec le vélo, bien qu'habitant à plus de 10 Kms de l'entreprise.

C'est une satisfaction que de montrer par «la preuve par l'exemple», que cela est, non seulement possible, mais désirable.

L'utilisation des vélos n'est pas du 100%, mais nous en sommes à plus de 75%, ce qui pourrait nous permettre de rejoindre le collectif national associatif des «Boîtes à Vélos» qui regroupe les entreprises dont le moyen de transport est à minima de 75% à vélo. Des associations locales des Boîtes à vélo existent, principalement dans les grandes agglomérations mais, à Morlaix, nous prouvons que c'est faisable à plus petite échelle !



Sur la photo : Marie Jaouen et Tristan Brisset à Kérozar, devant le siège de l'Adess et d'Eco-Bretons. Elle et il ont rejoint le CA de notre webmédia associatif.

– En ce moment, se déroule le Défi A Vélo Au Boulot, comment cela se passe chez Essences Bois ?

Lorsque le Défi A Vélo Au Boulot s'est présenté sur Morlaix, tout le monde s'est accordé à y participer, sans pression mais l'émulation est présente et permet à chacun d'y trouver une motivation supplémentaire pour apporter des points à l'équipe. Car si nous pédalons seuls sur nos vélos, il s'agit bel et bien d'un défi collectif avec pour but premier, d'inciter les personnes hésitantes à franchir le cap de ce mode de déplacement. Et autant pour celles qui le pratiquent déjà depuis un certain temps, cela ne change pas leur quotidien, autant pour les autres, c'est une occasion de se sentir épaulées, entraînées. D'ailleurs, Fred s'y implique grandement en assurant une très forte régularité dans ses déplacements à vélo depuis le début du Défi.

Et sur la durée de ce défi, 5 semaines, c'est l'occasion de prendre de nouvelles « bonnes » habitudes de déplacements. Et si rechute il y avait, tout ce qui aura été acquis ne sera pas perdu. Le nouveau départ n'en sera que plus facile.

Tout-e seul-e, on va plus vite, ensemble on va plus loin !

**Sur la toile d'Eco-Bretons,
des transitions citoyennes
retissent nos liens avec le
vivant**

Crédit photo : @Véronique Javoise

Une fois n'est pas coutume, nous allons vous parler de nous, l'association Eco-Bretons, qui occupe depuis dix ans déjà une modeste place sur la toile dense de l'univers numérique informatif, au creux de la niche écologique de la presse « pas pareille ». Aux côtés de notre journaliste et coordinatrice, Marie-Emmanuelle Grignon, dont la signature de la plupart des articles vous est familière, une petite équipe bénévole est là pour faire vivre notre webmédia dans sa dimension associative. Certain.e.s de ses membres n'hésitant pas à prendre leur plume citoyenne, parmi d'autres, qui font d'Eco-Bretons un oiseau résolument de bon augure en ces temps incertains. Cet article est issu du rapport moral que j'ai présenté, en tant qu'actuelle présidente à notre dernière assemblée générale pour l'année 2020, qui s'est tenue en juin 2021 seulement, du fait des bouleversements engendrés par le virus Covid-19.

Une insoutenable solastalgie...

Il n'aura échappé à personne que cette année 2020 a constitué à l'échelle planétaire, un point de bascule où, selon le côté vers lequel nous accentuons le penchant, notre destin commun pourra être tragique ou résilient. Notre conscience que l'humanité est sur le fil du rasoir n'a jamais été aussi aigüe, engendrant parfois/souvent (grande est la variabilité du curseur en la matière !) une insoutenable solastalgie – ou éco-anxiété, décrite comme « une détresse profonde causée par les changements perçus comme irréversibles de notre environnement... En quelque sorte, on peut dire que la solastalgie est un stress pré-traumatique. Cette sensation accablante pousse à divers symptômes : tristesse, anxiété, insomnie, anorexie, dépression. »

Ce ne sont pourtant pas les alertes qui ont manqué depuis ces dernières décennies où nombre de constats dramatiques ont été posés, documentés, contestés aussi par des sceptiques aux douteux desseins. Et de s'interroger, non plus sur les effets de ce flux incessant d'informations terribles, généré par nombre de médias et désormais de réseaux sociaux, mais sur

leur efficacité... « On ne croit pas ce qu'on sait », rappelle lucidement le philosophe Jean-Pierre Dupuy, auteur de « Pour un catastrophisme éclairé ».

A sa très modeste échelle, Eco-Bretons a jusqu'à présent choisi d'informer sur nombre d'actions citoyennes « colibris » qui font leur part dans les vitales transitions en cours. Nous mettons ainsi en avant des actrices et acteurs de transitions écologiques nécessitant évidemment des transitions sociales, culturelles et solidaires, dans nos territoires de Bretagne. L'écologie positive ! C'est notre ligne éditoriale que d'aucun.e.s peuvent considérer, au mieux comme incitative et porteuse d'exemplarité, au pire comme gentillette et cosmétique.

Mais à chacun.e son « angle d'attaque ». Les médias d'investigation tel que le tout dernier-né Splann ! Lancé en septembre 2020 – associatif lui aussi – sont et restent indispensables pour documenter lucidement et courageusement les exactions humaines multiples. Le prix de leur indépendance, vital, requiert de larges et régulières contributions citoyennes.

Un webmédia de participation citoyenne

Il en va de même pour Eco-Bretons dont le modèle économique, fragile s'il en est, reste un défi, puisque nos informations mises en ligne sont toujours accessibles gratuitement, alimentées par Marie-Emmanuelle Grignon, journaliste-salariée, et par des plumes citoyennes bénévoles. Nous avons d'ailleurs la satisfaction d'être répertoriés par un autre média associatif indépendant, *L'Age de Faire*, dans sa carte de France de « La presse pas pareille ».

Parallèlement, nous menons des actions d'éducation populaire avec une formation aux médias citoyens – interventions auprès d'associations et d'établissements scolaires et de sensibilisation aux transitions, écologiques, culturelles,

sociales, économiques. Ce volet-là nous tient particulièrement à cœur et nous souhaiterions pouvoir l'amplifier, si les ressources humaines et financières nous le permettent.

Afin de pouvoir remplir nos missions, nous bénéficions du soutien de collectivités territoriales bretonnes et de l'Etat. Percevoir de l'argent public pour nos activités que nous estimons d'intérêt général fait sens pour nous. Pour autant la participation citoyenne sous différentes formes (contributions financières et en informations), à titre individuel ou bien en tant qu'association, nous est essentielle* et c'est bien là que nous devons accentuer nos efforts de communication pour l'intensifier.

Cela reste notre perspective principale pour l'année à venir. Avec un autre défi à relever, celui de l'implication bénévole, au-delà de celle des membres de notre conseil d'administration et de quelques précieuses personnes-ressources, aux disponibilités souvent limitées. Ceci est un fait, pas un jugement.

Notre précédent président, Dominique Guizien, pointait à juste titre, dans son rapport moral de l'an passé, la faiblesse de nos ressources humaines, avec une seule salariée épaulée ponctuellement par des volontaires en service civique dont l'accompagnement constitue une charge de travail certaine pour elle, et un engagement bénévole réduit.

Ce qui est vrai pour Eco-Bretons l'est tout autant pour bon nombre d'associations qui pâtiennent depuis ces dernières années de la même désaffection, les formes d'engagement évoluant différemment et interrogeant nos modalités. D'autres associations, membres du Résam (Réseau des associations du pays de Morlaix), établissent le même constat et réfléchissent ensemble aux adaptations et ajustements que cela appelle.

Deux défis majeurs, donc, à relever pour Eco-Bretons, avec l'impérieuse nécessité de ménager les montures – physiques,

mentales, émotionnelles – des unes et des autres, en ces temps compliqués qui fragilisent et abîment même, où nous devons plus que jamais faire face aux adversités, ensemble. Quoiqu'il en soit.

***Sur notre toile, des transitions citoyennes retissent les liens avec le(s) vivant(s). Parce que votre participation citoyenne nous est essentielle, nous accueillons bien volontiers :**

– vos envies d'écrire, ou de photographier, ou de podcaster des initiatives de transitions dans les cinq départements de Bretagne historique.

– vos contributions financières pour continuer de mener à bien nos projets en 2021, notamment nos « Portraits de femmes en transition ».

– vos implications à votre mesure dans notre vie associative.

Pour cela, vous pouvez adhérer en ligne ! Vous pouvez aussi régler votre adhésion par chèque en l'expédiant au 52 Route de Garlan- Kerozar 29600 Morlaix.

D'avance un grand merci !

<https://www.helloasso.com/.../adhesions-eco-bretons-2020>

Des prés à nos palais, elle est la reine !

Dans son « Livre des bonnes herbes » (Actes Sud – 1996), l'ethnobotaniste Pierre Lieutaghi nous la présente ainsi : « Au bord des ruisseaux, des rivières, dans les lieux

marécageux où la fauvette des joncs tourne dès l'aube sa crécelle, les reines des prés balancent leurs bouquets candides et parfumés en l'honneur du dieu des Eaux. Ce sont de grandes plantes à tiges dressées, atteignant 1,50m, portant des feuilles découpées dont les folioles, très inégales, espacées, sont disposées sur deux rangs, la terminale étant nettement plus grande ; ces feuilles sont souvent soyeuses-argentées en dessous. Les très nombreuses petites fleurs blanc crème, à 5 pétales séparés, sont groupées en panicules dressées. Les petits fruits secs sont contournés en spirale les uns autour des autres. Elle fleurit de juin à septembre.

Comme beaucoup de ses consœurs, la reine des prés (*Filipendula ulmaria*) est généreuse avec nous. Côté médicinal, nous lui connaissons des propriétés anti-rhumatismales, souvent associée au cassis ou au curcuma. Grâce à l'acide salicylique qu'elle contient – auquel on doit l'aspirine – elle est aussi anti-inflammatoire. On l'utilise principalement contre les douleurs urinaires, les spasmes, la goutte.

Côté douceurs gustatives, son nom allemand « Mädessüss » qui signifie prairie sucrée, nous met sur une piste prometteuse. Elle était jadis utilisée pour sucrer la bière et le vin. Aujourd'hui encore, elle régale subtilement nos palais, pour peu que nous l'associons aux ingrédients de nos petits sablés, madeleines, crèmes, gelées, sirops et vins. Démonstration en 3 recettes : biscuit, gelée, thé.

Biscuit à la Reine des prés

Mélanger 2 jaunes d'oeufs et 100 gr de sucre roux ou du miel en fouettant. Ajouter en saupoudrant au fur et à mesure 100g de poudre d'amande et 100gr de farine de votre choix (blé ou un mélange riz/châtaigne pour les sans gluten), avec du lait de soja ou de riz à la vanille pour obtenir une pâte homogène. Ajouter 1 pincée de sel et 25 gr de fleurs de reine des prés, fraîches de préférence. Monter les blancs en neige et les incorporer à la pâte ensuite versée dans un moule avec du

papier sulfurisé. Enfourner. Temps de cuisson : environ 30 minutes.

Gelée à la Reine des prés

Ingrédients : Eau, reine des prés, sucre, jus de citron, agar-agar.

Faire chauffer de l'eau dans une casserole, y faire infuser une grosse poignée de fleurs de reine des prés. Filtrer et peser le liquide pour ensuite ajouter le sucre, environ à 2/3 du poids du liquide. Faire chauffer tout doucement pour arriver à ébullition pendant 20 minutes et ajouter 2 minutes avant la fin de la cuisson le jus de citron et de l'agar-agar (quantité à ajuster à celle de l'eau : 2 gr pour $\frac{1}{2}$ litre). Mettre la gelée dans des pots propres et fermer bien. Sur des tartines, en fond de tartes, dans des tisanes : un vrai délice !

Thé de la Reine

Ingrédients : 50 g de fleurs de reine des prés, 25 g de feuilles de frêne, 50 g de feuilles de cassis, citron.

Faire sécher les fleurs et feuilles dans un endroit aéré, à l'ombre, 5 à 6 jours. Quand elles sont sèches, détacher les fleurs de reine des prés, froter les feuilles de frêne et de cassis pour les briser grossièrement. Mélanger les fleurs et feuilles séchées. Le Thé de la Reine se conservera plus longtemps dans un sachet de papier. Faire infuser 1 cuillerée à café de Thé de la Reine dans un demi-litre d'eau bouillante pendant 5 minutes. A servir chaud, avec une rondelle de citron et du sucre.

Cette dernière recette est extraite du livre « La cuisine de la reine des prés » de Lionel Hignard et Alain Niels Pontoppidan (éd Actes Sud Junior – 2004). Comme son titre pourrait le laisser supposer, la reine des prés ne renvoie pas à la fleur-même mais à la jeune personne lectrice, invitée à

découvrir et cuisiner les plantes sauvages communes.

L'AlterTour actuellement en Bretagne

Depuis le 12 juillet jusqu'au 27 août, de Fontaine en Bray (76) à Brest (29), l'AlterTour 2021 rend visite aux alternatives de Normandie et de Bretagne. Les cyclistes visitent des éco-lieux, des ateliers d'auto-réparation de vélos, participent à des chantiers collectifs, des manifs à vélo, proposent des conférences gesticulées, des concerts... 3 heures de vélo en moyenne par jour, des rencontres, des chantiers collectifs, des concerts, de la joie et de la bonne humeur !

A la recherche de l'essentiel

Dans un petit recueil stimulant, supplément au N°500 de Silence de juin 2021 (<https://www.altercampagne.net/wp-content/uploads/2021/06/Recueil-2021-V02.pdf>), est présentée une partie des alternatives qui accueillent actuellement l'AlterTour. A chacune, a été posée la question : qu'est-ce que la recherche de l'essentiel ?

« Déterminer ce qui est essentiel ou non a été très médiatisé en ces temps covidés. Malheureusement la question s'est bien trop souvent limitée aux biens marchands et non à la question ô combien plus importante : "qu'est-ce que l'essentiel ?" Et si rechercher l'essentiel n'était pas déjà une partie de la réponse ? Ne pas se satisfaire des modèles suggérés, proposés et imposés par la publicité. C'est un peu ce qu'essaye de

faire l'AlterTour, non ? La recherche de l'essentiel est peut-être l'essence même de notre association. Partir à vélo pour rencontrer ceux qu'on appelle les « Alternatives ». Des personnes, qui par leurs simples existences, remettent en cause notre société consumériste. Elles suivent une autre voie, loin de la compétition, de l'exploitation et de la croissance. Nous essayons sobrement et simplement de mettre en avant d'autres valeurs, ou pourrait-on dire de chercher du sens ? Sur nos vélos, on avance sans essence et la recherche de l'essentiel nous fera cheminer. »



Les prochaines étapes bretonnes

Dimanche 8 août : [Dol-de-Bretagne \(0 km\) Des idées plein la Terre – Étape complète](#)

Lundi 9 août : [Dol-de-Bretagne – Pleurtuit \(39 km\) La Maillette – Étape complète](#)

Mardi 10 août : [Pleurtuit – Saint André des Eaux \(37 km\) Hameaux Légers – Étape complète](#)

Mercredi 11 août : [Saint André des Eaux – Plémy \(60 km\) La Prairie Éducative et la Pâture Es Chène – Étape complète](#)

Jeudi 12 août : [Plémy – Saint-Brieuc \(30 km\) Haltes aux marées vertes, Vélo utile et Vert le Jardin 22 – Étape complète](#)

Vendredi 13 août : [Saint-Brieuc – Saint-Mayeux \(40 km\) Association Boquen – Étape complète](#)

Samedi 14 août : [Saint-Mayeux – Mellionnec \(37 km\) Eco-Domaine Le Bois Du Barde – Étape complète](#)

Dimanche 15 août : [Mellionnec \(0 km\) Eco-Domaine Le Bois Du Barde – Étape complète](#)

Lundi 16 août : [Mellionnec -Priziac \(20 km\) Ecolieu du Bel Air – Étape complète](#)

Mardi 17 août : [Priziac – Le Saint \(15 km\) Moulin Coz – Étape complète](#)

Mercredi 18 août : [Le Saint – Pluguffan \(67 km\) Kernavélo et Al'Terre Breizh – Étape complète](#)

Jeudi 19 août : [Pluguffan – Plonéis \(16 km\) Autour du feu – Étape complète](#)

Vendredi 20 août : [Plonéis – Sizun \(60 km\) Kad'Hangar – Étape complète](#)

Samedi 21 août : [Sizun \(0 km\) Kad'Hangar – Étape complète](#)

Dimanche 22 août : [Sizun – Cloître-Saint-Thégonnec \(34 km\) École alternative des monts d'Arrée – Étape complète](#)

Lundi 23 août : [Cloître-Saint-Thégonnec – Roscoff \(45 km\) Maison des semences paysannes de Kaol Kozh – Étape complète](#)

Mardi 24 août : [Roscoff \(0 km\) Maison des semences paysannes de Kaolkozh – Étape complète](#)

Mercredi 25 août : [Roscoff – Plouider \(44 km\) Brasserie D'Istribilh – Étape complète](#)

Jeudi 26 août : [Plouider – Brest \(37 km\) Le Maquis et Vert le jardin 29 – Étape complète](#)

Vendredi 27 août : [Brest \(0 km\) Le Maquis et Vert le jardin 29 – Il reste quelques places](#)

<http://www.altercampagne.net/>

<https://www.facebook.com/AlterTour/>

Ce week-end à Sarzeau, LA P'ART BELLE est fête entre nature et culture !

La P'Art Belle est un festival écocitoyen d'expressions et de créations culturelles qui met en valeur des initiatives engagées et inspirantes dans un esprit convivial. Il se déroulera samedi 31 juillet et dimanche 1er août, en plein

cœur du Parc Naturel du Golfe du Morbihan. Il s'agit là d'un véritable slow & micro festival, engagé dans une dynamique éco-responsable et circulaire avec une alimentation bio, de saison et locale, un recyclage circulaire, une billetterie éthique et solidaire, une énergie 100% renouvelable, une scénographie éco-conçue, une programmation égalitaire, des performances artistiques basse consommation, etc.

Louise Robr, la fondatrice du festival et toute la dynamique équipe accueilleront le public dans le cadre exceptionnel du domaine de Kerlevenanet, témoin du patrimoine local de Sarzeau : un château de style italien datant du XVIII^e siècle, une chapelle, un pavillon chinois, et parc de 30 hectares comprenant une grande diversité d'espèces d'arbres et d'arbustes (cèdre du Liban, chêne-vert, châtaigniers).



© Michel BARBERON

« Notre intention première repose sur l'idée de proposer une expérience inédite et respectueuse de l'environnement. Nous avons donc pensé notre événement comme un véritable laboratoire pour limiter au maximum notre empreinte écologique. La Culture est elle aussi concernée par la

transition écologique », précisent Louise Robr et l'équipe organisatrice sur le site dédié à l'événement. « Notre équipe est convaincue que l'art est un très bel outil pour sensibiliser et transmettre. Alors, nous nous mobilisons pour proposer à nos festivalier.e.s une programmation inspirante et d'étonnante ! », poursuivent-elle. « Nous expérimentons de nouvelles façons de produire des événements afin de limiter au maximum leur empreinte écologique et ce, de façon circulaire (billetterie éthique, supports de communication responsables, suppression du plastique à usage unique, performances artistiques basse consommation, circuit-court, etc.). »

la part belle est ainsi donnée à des initiatives locales et à des personnalités qui développent des alternatives durables et positives. Avec une programmation pluridisciplinaire et intergénérationnelle : des ateliers – culinaires, artistiques, pour petits et grands, des rencontres inspirantes – des dédicaces d'auteur.e.s et une librairie éphémère, des tables-rondes participatives sur « Le monde dont nous rêvons pour demain » ou encore autour d'initiatives alimentaires concrètes sur le territoire, des concerts (Fredrika Stahl, Cyril Atef & Jean-Phi Dary « Systematic motion », EYÂL Naim, Lubiana), des performances artistiques, des projections visuelles, des expositions, etc.

Découvrez la belle programmation du festival : <https://lapartbelle.bzh/#programme>

Un beau week-end en perspective, des plus réjouissants et nourrissants à bien des égards, pour le monde de demain qui s'élabore dès aujourd'hui.



SAMEDI 31 JUILLET

**CYRIL ATEF & JEAN-PHI DARY
FREDRIKA STAHL / RÉGINE QUÉVA
AR-LUMEN#2 / EDUARD DE POLIAC**

DIMANCHE 1ER AOÛT

**LUBIANA / EYÂL NAIM / RÉGINE QUÉVA
LES AMUSEURS DES ARBRES
COMPAGNIE ATYPIK / EDUARD DE POLIAC**

ET AUSSI : EXPOSITIONS ~ TABLES-RONDES ~ ATELIERS...

<https://lapartbelle.bzh/>

<https://www.facebook.com/lapArtbellefestival/>