

# Les Ames de Bretagne en exposition à Carhaix

*Jusqu'au 23 octobre, l'exposition « Un voyage à travers l'âme de la Bretagne » proposée par l'association Ames de Bretagne est visible à l'Espace Glenmor de Carhaix. Au programme : vidéos collectées durant 5 ans sur les routes bretonnes, contenus multimédia, création artistique, fresque végétale, BD...*

« Un voyage mettant en scène la parole recueillie depuis maintenant 5 ans sur les routes ». C'est ainsi qu'Anne-Laure Hamon, co-fondatrice et présidente de l'association Ames de Bretagne, définit l'exposition qui se tient actuellement à Carhaix. Celle qui est aussi vidéaste et directrice artistique de l'expo est à l'origine de l'aventure, avec son frère Kevin. Tous deux se sont rendus compte qu'en parlant de leur région d'origine, la Bretagne, notamment lorsqu'ils étaient à l'étranger, ils en connaissaient au final peu de choses. Ils souhaitent alors monter un projet qui permettrait de revaloriser l'attachement au local. Âmes de Bretagne propose donc de valoriser le témoignage des habitants via la vidéo. « L'objectif, c'est de montrer que s'intéresser à son territoire n'est pas synonyme de replis sur soi », explique Anne-Laure. Elle se lance alors avec son frère dès 2016 pour recueillir la parole de « tous ceux qui font l'âme de la Bretagne ». Le résultat : plus de 150 témoignages vidéos, une websérie, des partenariats comme par exemple avec le webmédia KuB... « La Bretagne racontée par les gens en vidéo ». Et une association qui comprend une quinzaine de bénévoles.

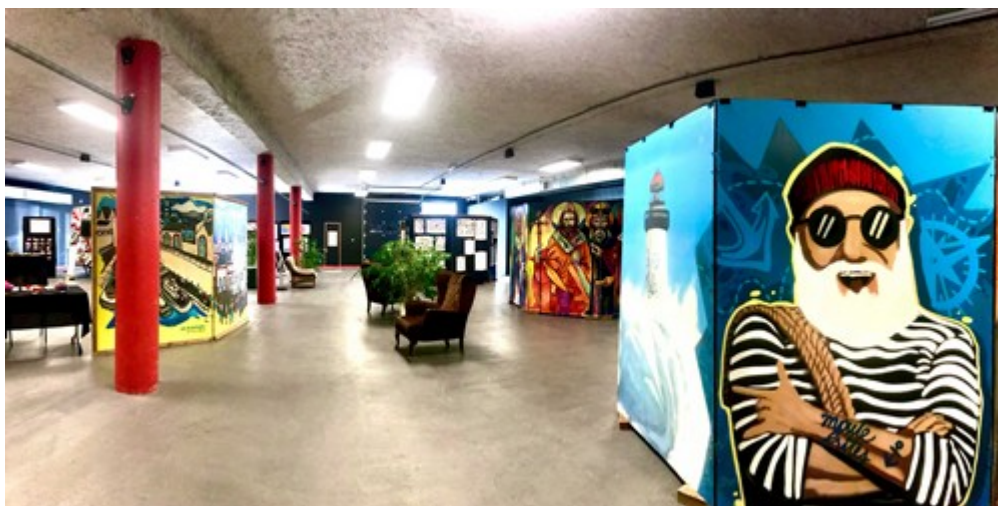
Suite à ce projet naît l'idée d'une exposition itinérante, qui

est présentée en intégralité à Carhaix (29) jusqu'au 23 octobre. Baptisée « Un voyage à travers l'âme de Bretagne », elle s'étend sur plusieurs espaces, dont un qui est dédié à la Bretagne en 2050, en lien avec les transitions écologiques. « Les étudiant.es de Rennes 2 y ont participé, à travers des créations. Deux sœurs des Monts d'Arrée, Berc'hed et Anna-Marie Cadoudal, ont aussi réalisé une fresque végétale, qui symbolise le retour à la nature dans le futur, le ré-ensauvagement », explique Anne-Laure. « Plus on va vers le futur, plus la nature reprend ses droits ».





Tout au long de l'exposition, on retrouve aussi les créations d'une dizaine d'artistes qui ont collaboré à l'aventure, avec des œuvres de street-art, de BD, de création végétale...A noter aussi, la majorité des matériaux utilisés pour le projet est issus de réemploi, en lien avec la recyclerie Ti-Recup et la recyclerie de matériaux Le Repair.



Enfin des animations sont aussi organisées en lien avec l'exposition, comme c'est le cas [samedi 16 octobre, avec le pôle ESS du Centre Ouest-Bretagne \(Adesk\)](#). [Une table-ronde réunira à cette occasion trois projets d'habitat collectif, et sera suivie d'une visite de l'exposition, et plus particulièrement de l'espace Bretagne 2050.](#)

***Pour découvrir en vidéo l'édification de la fresque sur le retour à la nature et au sauvage de Berc'hed et Anna Mari Cadoudal :***

*En vidéo, des portraits d'habitants de Plouguerneau engagés dans des projets alternatifs et écologiques, réalisés en 2021 par l'équipe d'Ames de Bretagne, dont Anaïs Le Bec, stagiaire et étudiante à l'Esra de Rennes :*

Plus d'infos : <http://www.amesdebretagne.bzh/>

---

## **Il fabrique de la lessive avec de la cendre**

*A Ploudaniel (29), Bruno Lecoœur s'est lancé dans la fabrication d'une lessive à base de cendres de bois. On peut la trouver dans des magasins bio et zéro déchet du Finistère.*

Pour faire sa lessive soi-même, on peut utiliser du savon noir, du savon de Marseille, du lierre ou encore de la cendre. C'est cet ingrédient qu'utilise le finistérien Bruno Lecoœur, qui a créé la marque « Cendrea Nature », à Ploudaniel. « Nos anciens utilisaient la cendre de bois, mélangée à l'eau de pluie, pour obtenir de la potasse, un tensioactif naturel, composé chimique dérivé du potassium et du carbonate de sodium, qui dissolvent les graisses », explique-t-il. L'idée

de se lancer dans la fabrication de lessive lui est venue suite au visionnage d'une vidéo sur un artisan de Gironde, qui utilisait lui-aussi de la cendre. Avec sa reconversion professionnelle, Bruno Lecoeur devient ainsi l'un des trois fabricants de lessive à la cendre en Bretagne (l'unique dans le Finistère).

Pour créer sa lessive, il utilise de la cendre de bois, issue de chaufferie bois, et fournie par les Ehpad de Quimerc'h et de Sizun, du siège administratif du Parc Naturel d'Armorique, et de la piscine de Crozon. C'est dans un petit atelier à son domicile que l'opération se déroule. « Il faut tamiser la cendre finement, qui est ensuite mélangée à de l'eau de pluie que je récupère », précise Bruno, qui indique aussi que ce type d'eau, qui n'a pas besoin d'autorisation ni d'analyse pour être utilisée dans la fabrication d'une lessive, est moins minéralisée et donc favorise l'effet de la potasse. Le tout est ensuite filtré très finement. « La fabrication respecte le cahier des charges Nature et Progrès, spécial lessive à la cendre. On est en cours de labellisation » indique Bruno Lecoeur. Pour les personnes souhaitant parfumer leur linge, car la lessive est inodore, il est possible de « rajouter quelques gouttes d'huiles essentielles au produit », conseille le fabricant.

Pour le moment, la lessive est distribuée uniquement dans le Finistère. On peut la trouver en magasin bio, où en épicerie zéro déchet, comme par exemple Ty Drive ou les Bocaux d'Ana à Brest. Dans une démarche zéro déchet, l'utilisateur est invité à ramener le flacon au point de vente, ou à acheter le produit en vrac, avec son propre contenant. Si il n'est pas possible d'acheter la lessive en ligne, on peut toujours aller s'approvisionner aussi directement chez Bruno.

Plus d'infos : <https://www.cendreanature.fr/>

---

# **L'idée sortie. Le Repair fête ses « Noces de Palettes » samedi à Pleyber-Christ**

*Ce samedi, le Repair fête ses « Noces de Palettes » pour ses un an à Pleyber-Christ à coté de Morlaix. L'occasion de découvrir la recyclerie de matériaux, et l'atelier partagé de travail du bois et du métal, qui ouvrira ses portes cet automne.*

A Pleyber-Christ, les locaux de l'ancien Point Vert, juste à côté de la gare ont repris vie depuis un an. C'est ici que s'est installée la recyclerie de matériaux Le Repair, l'une des deux structures de ce type existant en Bretagne (avec L'Ecrouvis à Redon, ndlr).

Pour rappel, le projet du Repair a été lancé il y a maintenant 5 ans par Damien Le Magoariec, Chloé Jaguin, Mathieu Cirou et Antoine Allais. Il vise à proposer une solution pour la réutilisation des matériaux de construction et éviter ainsi qu'ils se retrouvent directement à la benne. On trouve ainsi au Repair une partie magasin qui propose des articles tels que du bois de tous type, un peu de quincaillerie, des portes, des fenêtres, des matériaux de couvertures (tuiles par exemple, ndlr), de la plomberie, du carrelage, des sanitaires, des tissus, des bureaux etc...le tout proposé à prix solidaires. En

une année, ce sont ainsi 60 tonnes de matériaux qui ont trouvé un autre chemin que celui des bennes et qui ont pu être réutilisés. L'équipe permanente s'est étoffée et compte aujourd'hui 6 salariés, pour 4,5 ETP (Equivalent temps plein). Sans oublier la vingtaine de bénévoles qui participe au projet. Une friperie solidaire a été également installée par l'Ecole Alternative des Monts d'Arrée.

Un atelier partagé, qui s'étend sur plus de 200 m<sup>2</sup>, est actuellement en fin d'aménagement. Il permettra de travailler le métal et le bois, « avec du matériel aux dernières normes de sécurité », précise Damien Le Magoariec, l'un des fondateur et salarié du Repair. L'atelier sera ouvert à tous, moyennant un abonnement de 35 euros par mois, et « sera encadré par des tuteurs ». « Il y aura également des ateliers spécifiques, avec des intervenants, autour des low tech, de la fabrication de mobilier, ou encore tout simplement pour apprendre à bricoler », explique Damien.

En attendant son ouverture, prévue cet automne, on pourra découvrir le nouvel atelier samedi, lors d'une après-midi célébrant les « noces palettes » du Repair. Au programme dès 14h : découverte de l'atelier partagé, initiation à la forge mobile, atelier d'affûtage pour les outils et les couteaux, friperie solidaire avec l'Ecole Alternative des Monts d'Arrée. A 18h, le Repair soufflera sa première bougie et proposera une visite commentée de l'atelier. Dès 19h30, buvette et restauration crêpes-galettes par Alain (anciennement à Coatelan), concert du groupe Hache-Paille et scène ouverte pour prolonger la soirée.

**Plus d'infos** : [la page facebook du Repair](#), ou le site internet : <https://lerepair.org/>



---

# Au Conquet, les filets de pêche deviennent des Lunettes !

Un [article](#) repris du magazine *Transition Citoyenne au Pays de Brest*, une publication sous licence CC by SA.

Les filets de pêche, en matière synthétique, sont une plaie pour l'environnement marin s'ils ne sont pas récupérés. S'ils restent au fond de l'eau ils deviennent de redoutables pièges dormants pour les poissons. Si la mer les rejette on les aperçoit, toute l'année, sur les plages du littoral finistérien (et ailleurs, c'est pareil) sous la forme de petits bouts de cordage plastique, verts, bleus... dispersés par la marée sur le sable où ils pourront rester des dizaines d'années, voire des centaines d'années à se dégrader...

Au Conquet, en 2015, trois jeunes entrepreneurs, designers de formation, ont créé l'entreprise [Fil & Fab](#), une société de recyclage de filets de pêche usagés

Au Conquet (29), les pêcheurs ont adhéré à la démarche de la jeune startup.. Sur le port, chaque semaine, 2,5 tonnes de déchets sont jetées dans une benne pour être recyclés (auparavant ils étaient enfouis ou brûlés !). Les filets de pêche sont réduits en petites fibres, puis mis dans une granulatrice, transformés en pâte, et ensuite extrudés pour en faire des granulés de nylon qui vont servir, eux mêmes à

fabriquer en montures de lunettes de soleil !. En deux ans, Fil & Fab a déjà ainsi recyclé dix tonnes de filets dans une matière nommée Nylo® .

En 2020, après toute une série de tests, des nouvelles machines sont achetées . . Au mois d'avril Fil & Fab s'implante à Plougonvelin, dans des locaux mis à disposition par la Communauté de Communes du Pays d'Iroise.. L'aventure continue... Cet exemple réussie d'économie circulaire pourrait faire des émules dans les autres ports bretons et français.

**Plus d'infos**

[Accueil](#)

---

# Maison de l'alimentation itinérante : Aux goûts du Jour pense l'alimentation chez vous

*L'association Aux goûts du jour, créée à Quimper (Finistère) en 2006 est aujourd'hui implantée sur toute la Bretagne (antennes à Rennes, Brest, Quimper) et intervient au-delà des frontières, toujours dans le même objectif d'informer sur*

***l'alimentation saine et durable. Mais elle n'a pas dit son dernier mot et compte bien continuer à former et sensibiliser le maximum de personnes. Au goût du Jour revient aujourd'hui avec un nouveau projet inclusif : une maison de l'alimentation itinérante.***

Objectif : sensibiliser et former 100 000 personnes sur leur lieu de vie à l'alimentation durable. C'est dans une tiny house et via les divers lieux des territoires concernés que les breton·ne·s pourront découvrir les gestes du quotidien pour se nourrir, tout en faisant attention à leur santé et à l'environnement.

Cette petite maison de l'alimentation sillonnera la Bretagne et stationnera environ un mois sur chaque territoire choisi. Ils seront 10 heureux lieux à accueillir cette maison de l'alimentation dans les prochains mois. L'aspect tiny house change du stand classique et permet alors aux visiteurs de se sentir comme à la maison !



## **Aller vers**

L'idée est donc bien d'aller vers les habitant·e·s pour les sensibiliser à une alimentation durable, toujours dans la pédagogie, adaptée aux différents publics. C'est ici tout le projet de l'association, sensibiliser à une alimentation durable pour tous et toutes, y compris les personnes qui ne peuvent pas forcément se déplacer.

Emmeline Verriest, co-fondatrice et directrice d'Aux goûts du jour tient effectivement à aller à la rencontre des breton·ne·s sans leur demander de se déplacer : *" C'est un projet qui permet d'aller au coeur des territoires pour que les habitant·e·s ne puissent pas passer à côté de ces informations. On reste donc sur un temps suffisamment long pour s'immerger dans les lieux et échanger tranquillement avec les habitant·e·s sur leurs habitudes alimentaires, idées,*

*questionnements... "*

## **Un projet qui s'adapte aux territoires**

Tous les ans, l'association est elle-même directement contactée par les collectivités, établissements, scolaires, festivals et entreprises du territoire national pour accompagner les élèves, habitant·e·s et salarié·e·s dans leur comportement alimentaire. Ainsi pour la maison itinérante qui s'adapte aux besoins locaux, l'idée est naturellement de travailler avec les acteurs de chaque territoire. Ainsi, la maison de l'alimentation sera présente dans les diverses structures du lieu d'implantation. La programmation sera pensée en amont avec les acteurs locaux afin de proposer des formations et une sensibilisation adaptée aux attentes et besoins des habitant·e·s. Celle-ci devrait donc être différente à chaque nouvelle étape.

La Tiny house commence son périple le 4 octobre dans la ville de naissance de l'association : Quimper, place de la Cathédrale. Plusieurs écoles, maisons de quartier et centres sociaux font déjà partie du programme des ateliers et actions, pensés avec Aux goûts du jour et les divers partenaires : Vert le Jardin, Harmonie Mutuelle, Labocea, Bretons en cuisine.

L'aventure reste à suivre !