



# Journal de l'Escale...



**GROUPE D'ENTRAIDE MUTUELLE**

13, rue Jules Legrand. LORIENT

## **EDITO**

Nous avons le plaisir de vous annoncer la naissance de l'association « **l'Escale** ». Le 13 novembre dernier lors de l'Assemblée Générale constitutive, les participants ont approuvé le projet associatif du GEM de Lorient, les statuts de l'association et élu les membres du Conseil d'Administration composé d'adhérents et de bénévoles.

Toute L'équipe du journal

Vous souhaitez de bonnes Fêtes de fin d'année et vous

présente ses meilleurs vœux pour 2009

## **La crise**

Mais quelle crise ?

Une crise comparable à celle de 1907 ou la bourse a chuté de façon considérable ou crise plus profonde de ce jour noir de 1929. Ces références suffisent elles pour expliquer ce qui se passe actuellement.

Nous pouvons nous interroger sur la nature de cette crise, quelle sorte de crise et en rapport avec quel phénomène.

Sans autres prétentions que d'essayer, de décoder.

La crise est elle en rapport avec l'évolution technologique, une crise de conscience,

une crise d'excès de confiance dans les valeurs qui gouvernent le monde économique?

La modernisation technologique passe à la vitesse supérieure. Elle induit des changements dans la façon de produire et de communiquer et oblige chacun à s'adapter à l'évolution.

L'homme doit se remettre en question en permanence pour avancer vers et avec ce progrès. La maîtrise de cette évolution ne dédouane pas l'homme de ses responsabilités par rapport à l'environnement à la nature. L'homme qui respecte la nature se respecte lui même.

Les valeurs de capital, d'économie de marché, qui gouvernent notre monde économique ont pu faire croire en des lendemains qui chantent et celles-ci portent en elle leur talon d'Achille, la spéculation à hue et à dia ne doit surtout pas faire oublier que l'économie doit avoir une valeur humaine, contrairement aux intérêts spéculatifs d'une minorité au sommet de la pyramide économique.

David L. P., Patrick N. et Patrick R.

## **Sommaire :**

Éditorial / .....	p 1
Les bons plans .....	p 2
Coup de projecteur .....	p 3
Divertissements/jeux .....	p 4



## **Et le travail, alors ?**

Le 14 novembre dernier **Frédéric Guével** nous invitait au vernissage de son **expo photo** dans les locaux du Groupe d'Entraide Mutuelle.

Une vingtaine de personnes de l'association Espoir Morbihan ont pu admirer un excellent reportage photographique relatant **une activité de création et d'entretien des espaces verts au zoo de Pont-Scorff.**

Suite p.3

## **Encore à attendre**

Encore à attendre  
toujours à attendre  
que la jeunesse se fasse  
que la jeunesse passe ...

pour être dans la place,  
à attendre la main  
qui nous retient,  
et nous déplace.

Encore à attendre ,  
Que l'on plaide à nos destins ;  
De toutes ces faïms ,  
De toutes ces audaces,  
Voraces ...  
D'envies, de ces vies, des festins !

Encore à attendre ...  
Que le jour pleut sa nudité,  
Et que la nuit fasse héberger :  
L'orage de la crédulité,  
De se faire entendre...

Puissante naïveté :  
Croire ses dés joués  
Croire ses dés pipés...

Encore à attendre !  
Que l'on vole sa vie,  
Que l'on en paye le prix !  
Mais qui peut prétendre !

Mais qui peut prétendre;  
Que l'on puisse encore attendre ?!!

La vie est un fleuve de milliards de pas;  
Encore faut t'il faire le premier pas,  
Avant que ne soit tarie,  
Sa propre vie...

Germain G.

Directeur de la publication: Germain GUYONVARG'H  
Président de l'Association,  
Groupe d'Entraide Mutuelle l'Escale, 13, rue Jules Legrand,  
56100 LORIENT  
☎ 02.97.21.83.80 , club-espoirmorbihan@wanadoo.fr  
Maquette: Atelier informatique du Club  
Reprographie: imprimerie OLLIVIER  
Numéro tiré à 200 exemplaires

## **LES BONS PLANS !**

### **Lorient**

*Yann Tiersen et Miossec*

Le 27 et le 28 janvier 2009 à 20h30 – Grand théâtre de Lorient

Tarif : 14 € sur présentation de la carte Azur. Contact : 02 97 022 382

*Théâtre : Nicomède*

Texte de Pierre Corneille et mise en scène Brigitte Jaques-Wajeman

Le 13 et 15 janvier à 19h30 et le 14 et 16 janvier à 20h30

Tarif : 22 € sur présentation de la carte Azur

CCDB théâtre de Lorient, 11, rue Claire Droneau

Contact : 02 97 835 151

*Matches Football*

Samedi 17 janvier : Lorient – Valenciennes, 19h

Samedi 7 février : Lorient – Monaco, 19h

Samedi 21 février : Lorient – Sochaux, 19h

Samedi 7 mars : Lorient – Paris St Germain, 19h

Samedi 22 mars : Lorient – Asse, 19h

### **Lanester**

*Festival mars m'enchanté : cabaretje : petit cabaret belgeke*

Le 7 mars à 20h30

Tarif : 8 €, (il est préférable de réserver)

Espace Jean Vilar – Place Delaune

Contact : 02 97 760 147

### **Larmor - Plage**

*Exposition de peinture de Mme You Morelle*

Du 15 novembre au 15 janvier

Villa Margaret, Port de plaisance de Kernevel

Contact : 02 97 336 719

### **Caudan**

*Fest Noz de la St Sylvestre*

Le 31 décembre 2008, Salle de Kergoff

Contact : 06 83 453 466

## **Bon a savoir !**

Soldes d'hiver du 7 janvier au 11 février

## **Bonnes idées**

### **Manger pas cher à Lorient**

*Restaurant Terres !*

*Cuisine d'ici... et d'ailleurs*

Formule Midi: entrée + plat +dessert : 11 €, entrée+plat ou

plat+dessert : 9,50 €, plat du jour : 8,50 €

Ouvert du lundi au vendredi, réservation conseillée

13, avenue de la Perrière (Port de Pêche) Lorient, Tél. : 02 97 875 271.

## **Tarte Tropézienne**

### **Ingrédients**

#### **La brioche**

• 15 g de levure de boulanger

• Sel

• 100 gr de farine ( 1)

• 300 g de farine(2)

• Eventuellement plus

• 3 œufs(1)

• 50 g de sucre en poudre(1)

• 125 g de beurre(1)

• 1 jaune d'œuf

• 50 de sucre cristallisé

#### **La crème pâtissière**

• 1 litre de lait

• 2 gousses de vanille

• 6 jaunes d'œufs(1)

• 150 g de sucre en poudre(2)

• 120 g de farine(3)

#### **La crème au beurre**

• 50 g de sucre en poudre (3)

• 1 cuillère à soupe d'eau

• 2 jaunes d'œufs(2)

• 250 g de beurre

### **Recette**

#### **Pour la brioche :**

• Délayer la levure dans un peu de lait tiède et la mélanger à la farine(1).

• Laisser reposer 2 heures dans un endroit tiède(20 degrés C).

• Mettre la farine (2), en fontaine y verser les œufs entiers(1) battus en omelette, le sucre en poudre(1), du sel, le beurre(1) ramolli. Travailler cette pâte puis y incorporer le levain, pétrir pendant environ 15 minutes.

• Mettre en boule, couvrir et laisser reposer 2 heures.

• Beurrer un moule à tarte, y déposer la pâte bien levée, badigeonner de jaune d'œuf et saupoudrer de sucre cristallisé.

• Faire préchauffer le four à 180 degrés. Cuisson environ 30 mn.

#### **Pour la crème pâtissière :**

• Faire bouillir le lait avec les gousses de vanilles coupées en 2 dans le sens de la longueur.

• Retirer du feu et laisser infuser. Dans un récipient, mélanger les jaunes d'œufs(1),

• le sucre en poudre (2) et la farine(3) finement tamisée, verser le lait bouillant en remuant au fouet, remettre en casserole et faire épaissir la crème sur le feu sans arrêter de tourner pendant 2 à 3 mn.

#### **Pour la crème au beurre :**

• Avec le sucre en poudre(3) et l'eau, faire un sirop.

• Battre au fouet les jaunes d'œufs (2) et le sirop, ajouter le beurre(2) en pommade.

#### **Assemblage final :**

• Mélanger crème pâtissière et crème au beurre.

• Couper la brioche en 2 dans son épaisseur.

• Etaler la crème sur le fond, recouvrir et mettre au réfrigérateur.

• Recette sélectionnée par **Patrick N.** lors d'un voyage dans la région.



## **Comment consommer malin ?**

Acheter pour un besoin ponctuel mais précis demande un vrai savoir faire par ces temps de consommation excessive.

Pourtant il existe de multiples supports tels que les organismes caritatifs.

Emmaüs ou Secours Populaires pour ne citer que ces 2 parmi tant d'autres sont de très bons relais.

Par exemple leurs journées « portes ouvertes » donnent de multiples choix pour un besoin avec un budget moindre.

Electroménager (réfrigérateur...), ameublement (table et chaises...), informatique (ordinateurs ,toujours en état de fonctionnement...).

Très souvent les gens se débarrassent de leur matériel et les jettent.

Mais grâce à ces organismes beaucoup de produits peuvent trouver une seconde vie.

Avec ce prix bien inférieur à la réalité, les bénéficiaires ou de simples visiteurs peuvent acquérir plus facilement des produits qui leur sert pour la vie courante, tout en ayant une parfaite maîtrise de leur budget.

C'est pourquoi ces organismes sont d'une réelle utilité et permettent d'éviter trop de gaspillage.

Il y a toujours un produit chez vous qui ne vous sert plus.

Alors pensez à en faire profiter les personnes qui ne pourraient pas en bénéficier, sans ces relais.



# Coup de projecteur

## Tout d'abord, de quoi il s'agit ?

D'une activité d'insertion pour des personnes de l'association Espoir Morbihan qui se sont retrouvées à un moment de leur vie sans activité professionnelle, soit ponctuellement, soit plus ou moins longue durée.

Un moniteur qualifié dans le domaine des espaces verts ( Laurent Le Saint ) les accompagne et les encadre au sein du zoo de Pont-Scorff, pour créer des espaces nouveaux, entretenir et améliorer ceux déjà existants. Pour tous, cela permet de faire le point sur leurs capacités professionnelles, de se redynamiser, de retrouver un rythme, des repères, des automatismes, une confiance en soi même ...en vue de repartir un jour vers une insertion plus durable !

## Quelle était la démarche de Frédéric Guével en nous invitant à cette expo photo ?

« j'ai travaillé au zoo de Pont-Scorff de février à mai 2008 et j'y ai trouvé beaucoup d'intérêt, de par l'activité elle-même, la découverte botanique des plantes et des arbres, la présence des animaux ...J'y ai, surtout, été bien accueilli, par le groupe et par Laurent. Celui-ci m'a permis, très rapidement, d'apporter ma touche personnelle en réalisant un reportage photographique sur notre travail. Mon « objectif » était de montrer le plaisir que nous avons eu à travailler en équipe et de mettre en valeur ce que nous avons fait...l'importance des relations humaines quand la vie nous a malmenés ou qu'on vient de la rue ...l'autre intérêt était de montrer le cadre exceptionnel de l'environnement du zoo et, surtout, les images d'émotion, parfois de tendresse, que nous renvoyaient tous ces animaux autour de nous, éléphants, girafes, félins, cacatoès...j'étais là sur le moment de midi, juste témoin de leur quotidien à eux, juste pour capter des moments privilégiés...

Je suis content d'avoir eu ainsi la possibilité d'un retour de ce que l'activité du zoo m'a apporté et c'est ce que j'ai voulu partager à travers cette exposition ».

Frédéric G. et Yannick L. G.



**Julos BEAUCARNE** est un artiste né en juin 1936 en Wallonie.

Il est conteur, poète, comédien, écrivain, chanteur, sculpteur .  
En 1964, il enregistre son premier 45 tours.

Il produit un album tous les 1 à 2 ans.

Chaque album est une ambiance plutôt qu'un concept.

Révolte, tendresse, humour, le quotidien.

Dans ses chansons à textes, la musique n'est pas dépréciée;

Il refuse le vedettariat, à sa propre maison d'édition de disques et de livres.

Il intervient lui-même tout simplement sur son site internet.

C'est à la suite du meurtre de sa compagne « Louise Hélène France » par un déséquilibré en 1975 que son style devient encore plus humaniste.

Il appelle à reboiser l'âme humaine. Il voyage au QUEBEC et renforce ses liens avec la culture francophone.

« Apôtre » de l'écologie, il se définit comme un vélotionnaire d'avant-garde

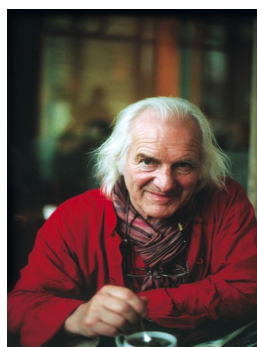
Il échappe aux modes, « maladies mentales entretenues par le commerce »; vivant dans un monde post industriel selon ses propres mots où le monde sera « neuf ou veuf ».

Il a été aussi comédien dans le mystère de la chambre jaune et le parfum de la dame en noir.

Il est dans la vie simple et authentique. son terroir ce sont les galaxies.

Ses CD et l'entrée de ses concerts sont à un prix unique : 10 euros.

L'idée étant de rester accessible au plus grand nombre.



## De mémoire de rose

1975

{Refrain:}

De mémoire de rose

On n'a vu mourir un jardinier

Si rien qu'une pause

Ne peut vous suffire

Madame, laissez

Le temps s'étirer

Et sans le maudire, patientez,

Laissez-vous glisser dans le vent léger

Patience, patientez.

Si l'amour s'envole

Ne t'en prends qu'à toi

Tu as fui l'école

Pour le lit d'un roi

Si sa voile blanche

N'est plus que brouillard

Te pends pas à la branche

Dès qu'il fera noir

Te pends pas à la branche

Dès qu'il fera noir, car

{au Refrain}

Garde tout au fond,

Tout au fond de toi

Un vide, un endroit

Derrière les fêtes

Où poser la tête

Dans le vent du soir

Bercer ces vieux rêves

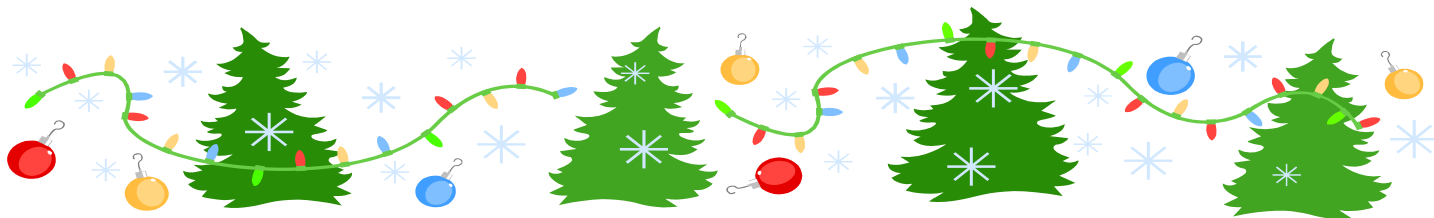
Même s'il fait noir

Bercer ces vieux rêves

Même s'il fait noir, car

{au Refrain}

Patrice L.



## DIVERTISSEMENTS / JEUX

### CHARADE

- Mon premier est un animal d'Afrique :
- Mon deuxième est une protection :
- Mon troisième est un monument funéraire :
- Mon quatrième est l'inverse d'inspirer :
- Mon cinquième est une femme :
- Mon sixième est un gastéropode terrestre :
- Mon tout est un endroit de ravitaillement ou de débarquement.

Réalisé par Patrick N. et David L.P.



ANAGRAMMES : pour chaque mot ci-dessous, trouvez en un autre ayant toutes les mêmes lettres.

- 1. USURE : \_ \_ \_ \_ \_
- 2. LOUPE : \_ \_ \_ \_ \_
- 3. ROULA : \_ \_ \_ \_ \_
- 4. LIMACE : \_ \_ \_ \_ \_
- 5. ENCOURIR : \_ \_ \_ \_ \_

### PROVERBES

Retrouver le proverbe correspondant d'après les éléments de chaque ligne.

Exemple : L'A. N'A PAS D'O. : L'ARGENT N'A PAS D'ODEUR

- 1- L A N TOUS LES C SONT G
- 2 - LE C A LA C P
- 3 -QUI SE R S'A
- 4-N N'EST P EN SON P
- 5-C ON F SON L ON SE C
- 6-M LA C A LES B
- 7-IL F T 7 F SA L D SA B A DE P
- 8-UN H A EN V 2
- 9-LE C P LES S D
- 10-C P C



Gérard S.

MOTS A FORMER : placez une lettre sur chaque tiret et formez cinq mots différents :

- 1. P O \_ \_ \_ O N
- 2. P O \_ \_ \_ O N
- 3. P O \_ \_ \_ O N
- 4. P O \_ \_ \_ O N
- 5. P O \_ \_ \_ O N

Que les vœux de chacun se réalisent.

Bonnes fêtes à tous



### COMITE DE REDACTION

Pierre FUMOUX,  
Patrick ROBIN, Patrice LEANNEC,  
Jean - Marc PAUL, Patrick. NORMAND,  
, David LE PENNE

Remerciement à:  
Germain G., Frédéric G., Yannick L.G. et Gérard S.