

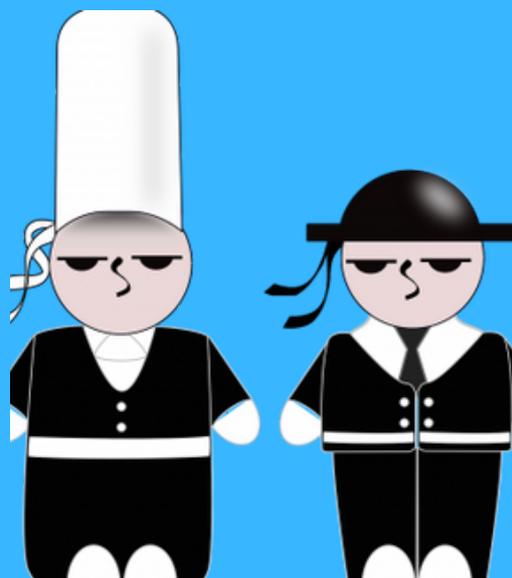
## La Gazette Bigoudène 2eme trimestre 2023

Vous avez été nombreux à participer aux différentes animations proposées ce trimestre.

Vous trouverez dans les pages suivantes une rétrospective de quelques unes de ces animations. **Merci aux bénévoles** qui ont bien voulu les organiser.

*Vous avez des idées ou des propositions de sorties, n'hésitez pas à nous en faire part.*

Très bonne lecture.



## LES MARCHES

### L'île de Raguenes, 2 mai, 2023

Sortie d'une journée, hors Bigoudénie, pour nos marcheurs de l'AVF Pays Bigouden. L'île de Raguenes les attendait mais il ne fallait pas traîner pour faire le tour et trouver le passage praticable en fonction des marées.

Certains se seraient ils laissés surprendre? Heureusement, il y avait le pique-nique comme réconfort.

Passage également dans le beau village de Kerkanic (village du **XV**ème siècle) et ses chaumières ainsi que sur les chemins côtiers de Rospico.

Une très belle journée de randonnée pleine de souvenirs à la clé.



### La Forêt Fouesnant, le 16 mai, 2023

Très beau parcours de 11 kms pour les marcheurs du jour, sous un soleil radieux à La Forêt Fouesnant, l'Anse Saint Laurent en passant par Port la Forêt et ses milliers de bateaux. Retour par le même chemin dans une ambiance toujours aussi conviviale.



## Randonnée du 6 juin à Roscanvel

Départ et retour à Roscanvel pour la dizaine de marcheurs qui ont suivi une partie du GR 34 ce mardi 6 juin. Découverte des magnifiques paysages surplombant la rade de Brest mais, aussi des pentys et des moulins, des bruyères et des chèvrefeuilles qui illuminent les chemins de leurs couleurs chatoyantes. Une très belle journée malgré la chaleur.



## RENCONTRES CONVIVIALES

### Rencontre avec le groupe de conversation anglaise, 4 juillet

Nouvelle rencontre avec le groupe de conversation anglaise au café Les Brisants à Treffiagat pour un moment très convivial autour d'un café ou thé et de viennoiseries, face à la mer, sous la vigne de la très agréable terrasse de Claudine. Nos rencontres se poursuivront pendant l'été...



## QUELQUES ATELIERS

### Ateliers Cuisine

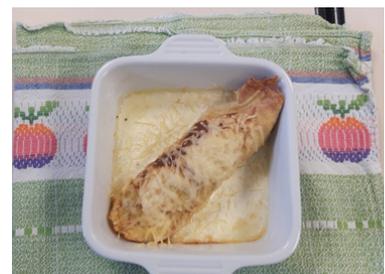
#### Cuisine du Berry - 5 avril, 2023

Retrouvailles mensuelles pour faire honneur à la cuisine du Berry. Une joyeuse équipe de cuisiniers amateurs et fidèles s'est réunie pour un atelier « Cuisine du Berry » animé par Nicole. Les très réputées lentilles du Berry figuraient au menu dans une délicieuse salade, puis le traditionnel pâté de Pâques. Ensuite: fromage Valençay, poires au vin et un gâteau au chocolat ont complété le menu, le tout arrosé d'un Reuilly. Un repas qui s'est déroulé comme à l'habitude dans une ambiance très conviviale.



#### Atelier de cuisine picarde, 16 mai, 2023

Atelier de cuisine picarde cette semaine au Malamok. Que des femmes cette semaine pour partager les recettes picardes proposées par Marie-Josée : ficelle picarde, flamiche aux poireaux, tarte à l'Badré. Vous avez vu leurs sourires. C'est le signe de l'ambiance conviviale qui règne lors de ces ateliers.



## Atelier de Bruno, 7 juin, 2023

Dernier atelier de l'année, animé par Bruno. Il nous a expliqué comment faire une « vraie » flammekueche, recette de sa région d'origine, puis une papillote de saumon aux citrons confits de sa création et une délicieuse crème brûlée. Avant le dessert, il nous a proposé un remarquable munster au carvi (deniché on ne sait où) qui a sublimé les palais de tous les gourmands.

Encore un beau moment de convivialité... Vivement la reprise des ateliers en septembre



## ATELIERS JARDINAGE

### Atelier jardin chez Sylvie du 6 mai 2023

Le beau temps était là, les bonnes volontés aussi et bien que peu nombreuses, le travail fut efficace. Première partie d'après midi, un petit coup de main à notre hôte pour la taille des arbres et deuxième partie, échange de quelques plants; camélias, dahlias, couvre sols, graines etc... Nous pourrions renouveler ces échanges. Quelques outils étaient à la disposition du groupe; une bêche a trouvé preneur, il reste un coupe bordure sur batterie, avis aux amateurs. La rencontre s'est terminée autour d'un délicieux goûter préparé par notre hôtesse, nous la remercions vivement.



## Sortie Jardinage, le samedi 1er avril à Tréogat

Malgré un fort coup de vent la veille, la chance a souri aux visiteurs du jour lors de la visite du jardin de ces deux sœurs passionnées. Un quinzaine d'adhérents ont profité de la douceur de l'après-midi pour découvrir l'un de ces jardins de particuliers, plein de variétés diverses qui nous apportent de véritables moments d'émerveillements. Merci à Yvonne et Joséphine d'avoir partagé ce moment, à Eliane notre guide et aussi à Joëlle l'organisatrice.



## Sortie Jardinage, le 21 juin sur le littoral, près de la plage de Tronoën

Une sortie du groupe jardinage avec un animateur local pour découvrir la végétation des cordons dunaires. Une promenade de deux heures, fort intéressante qui nous a permis de prendre conscience de la grande variété des plantes du bord de mer, et aussi de leur fragilité d'où l'importance de leur protection.



## AUTRES ATELIERS

### Atelier Conversation Anglaise

Beaucoup de monde ce **mardi 25 avril** lors de l'atelier « conversation anglaise » avec la visite de deux amies canadiennes d'une de nos aînées, Josiane, elle aussi Canadienne, et la venue de nouveaux membres....  
Quelle animation, quelle rigolade !!!

On s'amuse tout en pratiquant l'anglais  
On ne s'en lasse pas !!



## LES SORTIES

### A la ferme des alpagas, mercredi 5 avril

Ce mercredi 5 avril, une vingtaine de membres se sont rendus à Gourlizon pour découvrir un élevage d'alpagas et la vie de ces surprenants animaux. Virginie, leur éleveuse, a répondu aux nombreuses questions. 48 alpagas, 48 caractères, il faut savoir faire face. Les visiteurs ont été subjugués par ces alpagas qui dégagent par leur attitude, leur port altier, leur silence une grande quiétude au beau milieu de la nature.



### Guerlédan, 13 avril, 2023

Malgré un départ sous la pluie, le soleil (voilé) est heureusement apparu au moment de démarrer la visite des Forges des Salles, une des forges à bois les plus anciennes et les mieux préservées de Bretagne, dans ce très beau village reconstitué. Au cœur de la forêt de Quénécan, à quelques kilomètres du lac de Guerlédan c'est un vestige exceptionnel qu'ont pu découvrir une quarantaine de membres des AVF Pays Bigouden et de Quimper. Après un déjeuner dans un restaurant surplombant le lac de Guerlédan, la journée s'est terminée par une croisière sur ce même lac. Tous sont revenus enchantés de cette escapade dans le département voisin.



## LES SORTIES

### Visite de la conserverie Le Gall le mercredi 14 juin 2023

Une quinzaine d'adhérents se sont retrouvés pour découvrir la Conserverie Le Gall de Loctudy. Une visite riche d'informations sur le travail, notamment des femmes et des filles de 12-13 ans, à travers une muséographie vivante, soutenue par les explications de la guide du musée.



### Sortie aux Etocs avec le Soizen, 18 juin, 2023

Partis dimanche 18 juin au matin par un temps bien couvert, les participants à la découverte des phoques ont finalement navigué sur une mer calme. En route vers l'archipel des Etocs, où nous avons fait connaissance avec la colonie de phoques gris (17 recensés). Didier Torres, le capitaine, nous a fait largement profiter de ses connaissances du milieu marin et nous avons pu approcher et prendre en photo ces mammifères se prélassant sur les rochers à marée basse. Le ciel nous a épargnés jusqu'à notre débarquement où la pluie s'est alors mise à tomber.

Bref une jolie balade d'une heure trente qui a enchanté tous les participants"



## Pique-nique du 8 juin

Une cinquantaine de membres se sont réunis pour le traditionnel pique-nique de fin d'année. Ils ont juste eu le temps de déjeuner avant que la pluie annoncée à 14h s'invite à 14h05. Le temps de rentrer tables et chaises et nos joyeux adhérents se sont repliés dans leurs voitures. Terminer le pique-nique et la partie de pétanque programmée !!! Néanmoins, le repas s'est déroulé dans la convivialité habituelle.



## LES PARTENARIATS

Réunion du groupe de conversation anglaise avec le Jumelage franco/irlandais du Guilvinec pour partager la langue de Shakespeare, de bons petits plats et de la musique. Rencontre toujours très conviviale qui a lieu environ tous les deux mois. Tous ceux qui veulent pratiquer la langue de Shakespeare sont les bienvenus.



Remerciements aux nouveaux bénévoles qui ont rejoint l'équipe dans différents postes : à l'accueil, organisations de sorties, communication, binôme webmestre et animation événements :  
Dany, Colette, Marie Claude, Sylvie, Françoise, Hélène, Francis, Serge, Clare...

*Vous aussi, vous pouvez nous rejoindre.... nous avons besoin de vous pour développer votre AVF*