

L'ECHOLOCATERRE n° 17 du 10 mai

Un Echo allégé !

Bonjour,

Si cette gazette est plus légère que d'habitude, ce n'est pas à cause du retour de la saison des régimes amaigrissants (il semblerait heureusement qu'ils soient passés de mode, ces régimes qui ont fait tant de mal) ! Simplement, avec les mini-vacances dues aux hasards du calendrier, beaucoup d'associations évitent d'organiser des événements. Mais si vous l'avez reçue, n'en concluez pas que vous êtes à jour de cotisation... C'est juste que le temps nous a manqué pour mettre à jour les listes d'adhérents. Si vous avez un doute, n'hésitez pas à nous demander, et de toute façon les retardataires recevront bientôt un rappel spécifique. Merci sincère à tous ceux et celles qui nous ont renouvelé leur soutien si précieux !

Beaux jours à venir,

Michèle

www.lescolocaterre.org

AGENDA

VENDREDI 10

18 h à la médiathèque, atelier crochet animé par Nelly : un petit instrument qui n'a l'air de rien, une pelote ou des restes de fil à tricoter, on peut fabriquer des merveilles ! Voilà vraiment un loisir écolo... Gratuit, sur inscription au 02 99 09 40 43 ou bibliotheque@ville-st-meen-le-grand.fr	St Méen
--	---------

Jusqu'au DIMANCHE 12

C'est le retour des EQUISPORTS sur le terrain de l'île au Moulin : une grande fête du cheval* avec de nombreuses compétitions de haut niveau, notamment le saut d'obstacles. Et aussi, le samedi, des animations pour les enfants et autres activités. Samedi soir grand spectacle équestre. Entrée gratuite. www.equisports-montfort.fr <i>*Je ne sais pas si c'est la fête aussi pour les chevaux...</i>	Montfort
---	----------

SAMEDI 11

14 h à 16 h, atelier PRENDRE SOIN DE SA PEAU ET DE SES CHEVEUX AVEC LES HUILES ESSENTIELLES , par Jeanne BIANNIC, spécialiste depuis 2020 des HE et autres produits naturels, sains et sans toxines.	St Péran
---	----------

Lors de cet atelier, on découvrira ce qu'est une huile essentielle, et les différentes utilisations possibles pour toute la famille. Les inscrits repartiront avec deux échantillons personnalisés d'huiles essentielles CPTG. Tarifs : 25 € + 5 € d'adhésion à l'association Volubilis (1 fois par an).
<https://www.volubilis-broceliande.fr/>



20 h 30 au Confluent, concert d'accordéons (diatoniques et chromatiques) pour des musiques traditionnelles de Bretagne et d'Allemagne, dans le cadre de la rencontre avec Marktheidenfeld, la ville allemande jumelle. Gratuit.	Montfort
---	----------

20 h 30 sur la Péniche-spectacle amarrée à l'écluse de la Magdeleine, jazz avec HARVEST MOON TRIO . Tarif 10 €. Contact : 02 99 46 48 90 ou penichespectacle@wanadoo.fr www.penichespectacle.com	Hédé
--	------

DIMANCHE 12


RV 8 h 30 Place Bischberg pour une randonnée toute la journée à St Malon sur Mel avec les Chemis Buissonniers. Prévoir son pique-nique. Contact : 06 84 22 52 67 ou cheminsbuissonniers35360@gmail.com	Montauban → St Malon
---	----------------------

RV 10 h 30 au parking de la salle polyvalente pour une randonnée de 12 km sur le parcours de la Chapelle du Val. Prévoir covoiturage et apporter son pique-nique, la rando dure environ 4 heures. Gratuit. Renseignements : aspn.saintpern@gmail.com	St Pern → Plouasne
---	--------------------

MARDI 14

14 h à 17 h au centre Victor Hugo, permanence mensuelle du SOLIDARIBUS : les bénévoles du Secours Populaire y assurent l'écoute de gens en difficulté, pour l'accès aux droits, l'aide aux démarches, et même des secours matériels en produits alimentaires et d'hygiène. On peut savoir par exemple si on a droit au chèque énergie , qui sera versé cet été à ceux qui ont été oubliés (mais il faudra le demander). Prendre rendez-vous par téléphone ou par courriel : 02 90 02 78 83 ou solidaribus@spf35.org Prochaine date : le 11 juin.	Montauban
---	-----------

MERCREDI 15

14 h à 17 h sur le parking de la salle multifonctions, animation ROULER A VELO organisée par la ComCom. On pourra y tester les vélos à assistance électrique, l'idéal pour s'y remettre après des années d'habitudes au volant... Un brassard réfléchissant sera offert aux participants. Gratuit. Prochaine animation sur ce thème : mercredi 22 mai à Montauban, le matin pendant le marché.	Irodouër 
18 h 30 à la salle des Fêtes, REUNION PUBLIQUE pour présenter le projet de recyclerie L'ATELIER RECUP' , qui devrait ouvrir en juin si tout va bien. On saura tout sur l'association, ses objectifs, les activités, le salariat et le bénévolat... Une autre réunion se tiendra, même heure et même endroit, le 22 mai.	Plélan
19 h 15 à 20 h 15 salle du Lavoir, découverte du TAÏSO, une gymnastique japonaise qui comprend du renforcement musculaire et de la relaxation. S'il y a assez de gens intéressés, un cours régulier s'ouvrira à la rentrée. Gratuit. 06 81 75 66 59 ou contact@judo-becherel.org	Irodouër

JEUDI 16

9 h 30 à 17 h à la Briqueterie Solidaire, chantier participatif pour fabriquer des briques de terre crue . Elles seront vendues après séchage pour construire des murs ou cloisons ayant une très faible empreinte écologique, et de très bonnes performances en matière d'inertie et de régulation de l'humidité. Cette action permet aux participants, outre d'acquérir une technique vertueuse, de contribuer à une action sociale car la fabrication de briques donne du travail et un toit à des ex-SDF (l'association est membre du réseau Emmaüs). Adresse : La Fosse. Contact : Clarisse LE HEN au 06 21 68 16 90. terredetous@mailo.com	Chevaigné
14 h 30 salle Arc-en-Ciel, atelier participatif COLORIAGE DE MANDALAS : une activité pour les adultes, qui aide à se recentrer et à se « vider la tête » sans aucun effet secondaire ! La salle se trouve au 20 rue des Chênes. En savoir plus : contact.mtb@famillesrurales.org	Montauban
18 h à 21 h à l'ESS CARGO, atelier 2 TONNES : un atelier collectif ludique pour construire ensemble un scénario de transition permettant de limiter le changement climatique selon les engagements de l'Accord de Paris (Il est grand temps ! Des gens meurent dans le monde à cause du réchauffement, dont sont en grande partie responsables les modèles de vie occidentaux). Gratuit, pour tous à partir de l'âge du lycée. Adresse : Campus Villejean, bâtiment R, Place du Recteur Henri Le Moal. https://www.esscargo.fr/esscargo/ Les prochains ateliers auront lieu au même endroit le 22 mai et le 1 ^{er} juin.	Rennes nord ouest

VENDREDI 17

Toute la matinée devant le magasin de producteurs Brin d'Herbe, vente de plants maraîchers et de fleurs . Adresse : Le Grand Chevillé. www.brindherbe35.fr	Vezin
RV 13 h 50 parking du Pré Vert pour une randonnée de 8 km autour de L'Hermitage avec Nature & Sentiers. Tarif non-adhérents 2 € et 1,50 € pour le covoiturage. 06 72 60 97 12. https://natureetsentiersromille.jimdofree.com/	Romillé → L'Hermitage
18 h à la médiathèque, animation JEU DE RÔLES , gratuite sur inscription. Plus d'infos au 02 99 09 40 43 ou bibliotheque@ville-st-meen-le-grand.fr	St Méen
18 h 30 à la Maison du Pâtis, rencontre pour ceux qui auraient envie d'être bénévoles pour le très chouette festival de LA GALLESIE EN FÊTE , le dernier week-end de juin. Mieux vaut cependant vérifier si elle a bien lieu à cet endroit, puisqu'un dîner se tient sur place le même soir (voir ci-dessous). Contact : 07 81 38 79 75. https://gallesie-monterfil.bzh/	Monterfil
19 h 30 à 21 h à la Maison du Pâtis (médiathèque), DÎNER POETIQUE COSMOPOLITE par Sébastien MENARD. Il lira ses poèmes extraits de SOLEIL GASOIL, carnet de voyage en Europe de l'Est, Maghreb et Proche-Orient. En alternance, seront servis des mets cosmopolites. Une soirée gratuite, bien sûr le nombre de convives est limité, donc il faut s'inscrire <u>au plus tard le 10 mai</u> : 02 99 07 85 49 ou dixitpoetic@gmail.com	Monterfil (s'inscrire avant le 10)

SAMEDI 18

A partir de 10 h, JOURNEE CONVIVIALE organisée par SEB 35 (SOLIDARITE ENTRAIDE BRETAGNE) et RESO : riche d'activités diverses, elle commence par des PORTES OUVERTES au local situé 5 rue de Montauban. RESO propose des ordinateurs à petit prix, ou même donnés pour les gens qui ont de trop faibles revenus. Les enfants pourront pratiquer de petits jeux éducatifs sur les écrans installés. Les grands pourront exprimer leurs idées et questions sur la SOLIDARITE, participer à la confection de la soupe à la marmite norvégienne ... Ça se poursuit à la salle des Fêtes avec une SOUPE POPULAIRE à prix libre, un forum associatif (nous y serons), un	Iffendic (réserver avant le 14 pour le couscous du soir)
--	--

<p>DEBAT CITOYEN à 14 h 30, des musiciens, une initiation aux danses bretonnes, une friperie, des jeux pour les enfants, une buvette et des gâteaux, le CAR A VRAC et ses produits bio et locaux à prix doux...</p> <p>A 19 h, REPAS COUSCOUS à la salle des Fêtes, préparé par des femmes marocaines : au choix, avec merguez (10 €) ou végétarien (6 €), pour cela il faut réserver avant le 14.</p> <p>A 20 h, on chante en KARAOKE vivant avec John BERNARD & COSMIC BLUE, leur guitare et leur micro !</p>	
<p>10 h 30 à la bibliothèque, RENCONTRE-DEDICACE avec Pascal GLAIS, photographe, et Bruno MERLIN, auteur, pour le beau livre qu'ils ont réalisé sur le monde rural en Pays de Brocéliande : ETERNITE DE L'INSTANT. Photos et textes poétiques, sensibles, humoristiques, se répondent au long de cet ouvrage à offrir, ou à s'offrir (20 €).</p>	Boisgervilly

INFOS LOCALES

<p>L'Etonnant Voyage part de Rennes le 11 mai</p>	<p>Dans deux semaines, cette marche pour les droits humains universels s'élancera de Rennes pour rejoindre St Malo en 8 jours, voir l'affiche ci-dessous.</p> <p>Les inscriptions sont ouvertes sur le site https://etonnantvoyage.org/inscriptions/ ainsi que les adhésions https://etonnantvoyage.org/adherer/.</p> <p>Les dons peuvent également se faire sur https://www.helloasso.com/associations/etonnant-voyage/.</p> <p>Ils ont besoin de matériel de camping : tentes, matelas, duvets, couvertures.</p>
<p>Montauban : AV pour projet collectif</p>	<p>Une propriété est à vendre près du centre-ville, assez grande pour y faire quatre habitations à partir de vieux bâtiments en pierre et terre. Située en zone constructible, elle comporte un terrain d'environ 1 200 m². Le prix : 200 000 €. Renseignements : Maryvonne RIGOURD au 07 82 86 25 60.</p>

ACTUALITES

<p>Intolérance au gluten : à vérifier</p>	<p>Très nombreux sont ceux et celles qui évitent tout aliment contenant du gluten, ce qui rend leur vie assez difficile... Pourtant, cette molécule n'est pas forcément la vraie responsable de leurs problèmes intestinaux. Cela peut être en réalité les sucres fermentescibles : fructose, glucose... (Source : Ouest-France du 6 mai).</p> <p>Mieux vaut prendre rendez-vous chez un gastro-entérologue pour savoir ce qu'il en est. Cela peut permettre de revenir au bon vieux pain, surtout s'il est fait avec des blés anciens, dont le gluten est beaucoup plus facile à assimiler que celui des blés modernes « améliorés » !</p>
<p>Voitures électriques jetables</p>	<p>Le saviez-vous ? Pour construire à moins cher, certains industriels de l'automobile font des voitures électriques qui ne sont pas réparables, car non démontables ! Lisez cet article pour ne pas risquer d'acheter ce type de véhicule, en attendant que la réglementation rende cette pratique hors-la-loi : https://reporterre.net/Les-voitures-electriques-la-fast-fashion-de-l-automobile</p>
<p>Voiture & chaleur attention</p>	<p>Revoilà les grosses chaleurs en journée. Si la voiture reste au soleil, la température à l'intérieur peut grimper très haut... Certains matériaux de l'habitable se mettent alors à dégager un gaz toxique, le triphosphate, un cancérigène probable. Si on ne peut pas la garer à l'ombre (ce que recherche à peu près tout le monde quand il fait chaud), au moins il faut l'aérer quelques instants avant de monter dedans, voire abaisser un peu les vitres pendant le stationnement. (Source : Ouest-France du 9 mai).</p>



Rejoignez la marche solidaire
pour les Droits Humains



RENNES > SAINT-MALO
Du 11 au 19 mai 2024

EN SAVOIR PLUS

Une cinquantaine d'organisations et de collectivités sont partenaires de l'Etonnant voyage. Retrouvez-les toutes sur le site www.etonnantvoyage.org



Création 
Impression média graphic



Samedi 18 mai 2024 à Iffendic

Circuit Convivial d'Activités Solidaires

- Ventes ou dons de PC
- Ateliers Numériques
- Portes ouvertes de 10h à 12h Au 5 rue de Montauban
- Débat sur les solidarités à 14h30
- Groupes de musiques
- Forum Associatif et activités à partir de 12h30 à la Salle des fêtes
- Initiation danse bretonne
- Friperie
- avec : L'Elfe et le Car à vrac
- Soupe Pop à prix libre** en soutien
- Karaoke collectif
- Repas Boissons
- En partenariat avec le CIFE
- 19h couscous à la marocaine * 6€ la part végétarienne ou 10€ avec viande
- * Repas réservation et paiement sur 
- John Bernard et Cosmic Blue
- 20h Animation de chant guidé (Prix Libre)
- Et d'autres surprises.

06 56 88 34 61 **Avant le 14 mai**



