

# ZOOM EXPOSANTS

## Associations

### Association PRÉLUDE

Prélude est une association créée en 1995 dont l'objectif est de **favoriser l'accès à l'emploi par la mise en situation de travail. Trois sites sont implantés en Bretagne : Brest, Quimper et Rennes.** Prélude propose **une centaine de postes de travail salariés, encadrés par 14 professionnels, l'association** est membre de l'association nationale Chantier-école et du Réseau Cocagne.

**Faire appel à Prélude c'est :**

**Aider des personnes à retrouver un emploi en leur redonnant un statut de salarié actif, producteur de richesse.**

**Bénéficier de prestations réalisées par des personnes formées et encadrées par des professionnels.**

**Contribuer au développement socio-économique local.**

**Prélude Brest comprend trois activités :**

**- Maraîchage biologique**

Culture en plein champ et sous serre de légumes biologiques variés selon les saisons.

Récolte et conditionnement en paniers.

Distribution aux adhérents une fois par semaine.

Le maraîchage biologique de Prélude Brest produit et distribue des légumes bio à un réseau d'adhérents. Chaque semaine, en contrepartie d'une cotisation mensuelle, chaque adhérent reçoit un panier de légumes de saison dont le contenu change en fonction de la production.

Que vous soyez particulier, entreprise, organisme, comité d'entreprise..., participez à une démarche citoyenne en adhérant au projet sur une année ou une saison.

**- Entretien des espaces naturels sensibles** pour Brest Métropole Océane et à la demande d'autres organismes ou collectivités.

Débroussaillage, tronçonnage, élagage, taille

Conduite de machines autotractées

Enlèvement des déchets

Plantations et entretien des abords de cours d'eau

Entretien du matériel

**- Maçonnerie :** Second œuvre bâtiment et maçonnerie en partenariat avec Brest Métropole Habitat (OPAC HLM)

Dalles, murs en parpaings

Pose de portes et huisseries

**Prélude : Des ateliers et chantiers pour l'emploi, utiles pour la collectivité et ses habitants.**

Vous êtes une collectivité, une association, une entreprise ou un particulier, Prélude peut vous fournir des prestations, variables selon les sites de Brest, Quimper et Rennes.

Ces prestations peuvent répondre à vos besoins propres ou, via un partenariat, s'inscrire dans vos projets de développement d'activité, puisque l'organisation et le statut de Prélude permet de répondre aux marchés publics à clause d'insertion.



**PRELUDE BREST**  
Lieu-dit Kerzouric  
29490 GUIPAVAS  
Tél : 02 98 47 42 79

## Maison de la BIO 29



Créée en 1988, à l'initiative de paysans bio et de consommateurs, la Maison de la Bio est **l'association finistérienne regroupant les professionnels** qui travaillent dans **l'agriculture biologique** ainsi que les **consommateurs** et les **environnementalistes**. Elle est entièrement **dédiée au développement de la bio** et gérée par des professionnels de la bio. **Les actions de la Maison de la Bio** sont orientées vers l'ensemble de la filière bio et vers les consommateurs :

- **sensibiliser** les consommateurs et le grand public à ce mode de consommation citoyen. (conférences, ateliers cuisine, guide des points de vente ...)
- rendre la bio encore plus accessible en recherchant des modes de commercialisation innovants ;
- **structurer** une filière Bio **LOCALE** et **EQUITABLE** en permettant la concertation entre les opérateurs, en veillant à une adéquation entre l'offre et la demande ;
- introduire les produits bio dans les **cantines** de collectivités ;
- réaliser des **animations** dans les établissements scolaires avec des outils pédagogiques ;
- proposer des **formations** sur mesure en formation continue (personnel d'entreprises bio, personnel de restauration collective, entretien des espaces verts, enseignants...)
- **réduire l'usage des pesticides** auprès des particuliers et des collectivités (ateliers jardinage, formations, conseils ...).

### Fonctionnement :

La Maison de la Bio est gérée par un conseil d'administration composé de 10 membres minimum : 50% de paysans bio, 30% de consommateurs, 10% de préparateurs ou fournisseurs de l'agriculture biologique, 10% de distributeurs de produits bio.

### La maison de la bio compte parmi ses adhérents :

152 fermes, 11 entreprises qui transforment des produits bio, 13 magasins, 5 associations de consommateurs, de protection de l'environnement et du commerce équitable.

### Comment adhérer à la maison de la bio ?

Pour être adhérent à la maison de la bio il faut être à jour de la cotisation annuelle fixée par l'assemblée générale. Les agriculteurs, transformateurs et distributeurs doivent exercer une activité au moins à 50% bio. Les consommateurs doivent faire partie d'une association de consommateurs.

### Un partenariat étroit et efficace avec les paysans bio

Pour une plus grande efficacité, la Maison de la Bio et le GAB 29, Groupement des Agriculteurs Biologiques du Finistère, se répartissent les missions et les compétences. Toutes les actions du GAB sont donc orientées vers la production et les paysans bio. L'objectif du GAB est de développer la production biologique sur le département et de défendre les paysans bio.



MAISON DE LA BIO 29

MAISON DE LA BIO 29

Ecopole

29460 DAULAS

Tél. : 02 98 25 80 33

## Biocoop FINIS TERRA

Membre du réseau Biocoop, le magasin d'alimentation Kerbio a pour objectif le **développement de l'agriculture biologique dans un esprit d'équité et de coopération.**

Les magasins Biocoop commercialisent uniquement des produits naturels issus de l'agriculture biologique, des produits bio issus du commerce équitable et une large gamme d'écoproduits. Kerbio appartient au groupement **Biocoop Finis Terra**, coopérative de consommation qui regroupe 5 Biocoops dans le Finistère nord : Kerbio centre ville et Kerbio rive droite à Brest, Bio Abers à Saint-Renan, Coccinelle à Morlaix, Prim'vert à Lesneven.

C'est au début des années 80 que des groupements d'achat de produits bio sont créés sur Brest, Lesneven et Morlaix, puis c'est en 2000 que les biocoops Kerbio Brest, Coccinelle Morlaix, Bio Abers Saint-Renan et Prim'vert Lesneven, ont fusionné pour créer la coopérative de consommation FINIS TERRA.

**Charte Biocoop** « Notre réseau de magasin Biocoop a pour objectif le développement de l'agriculture biologique dans un esprit d'équité et de coopération. »

Les consommateurs des Biocoops Finis Terra peuvent devenir coopérateur (adhérent) en achetant 4 parts sociales de Finis Terra (5€ la part). Etre sociétaire d'une Biocoop c'est consommer en conscience, réfléchir individuellement et collectivement à la globalité de nos pratiques.

Devenir sociétaire permet :

- D'assister à l'Assemblée Générale annuelle, pour donner son avis et voter les orientations prises par la coopérative.
- De se porter candidat au Conseil de Surveillance et d'en élire les membres.
- De bénéficier d'une remise de 4 % sur ses achats dans les 5 magasins Finis Terra.

**Biocoop s'engage pour une bio de qualité et durable :**

- En proposant des produits composés à 100% d'ingrédients certifiés bio ;
- Pas d'arômes dits « naturels » mais uniquement des arômes biologiques ;
- Pas de produits contenant du maïs ou du soja non bio, même employés comme simples additifs pour écarter tout risque d'OGM ;
- Approvisionnement local, de saison et transparent. La priorité aux approvisionnements locaux et de saison est l'un des premiers engagements inscrits dans le cahier des charges Biocoop. Les produits non disponibles localement proviennent de la plate-forme d'achat Biocoop ;
- Un grand choix de produits en vrac. Selon l'Ademe, les emballages représentent 1/4 du poids de nos ordures ménagères et 35 % du volume de nos poubelles. Privilégier les achats en vrac, c'est donc réduire une part importante de nos déchets.



## Conférences et ateliers

**Conférence « Solutions d'accès collectif à la terre. »** dimanche à 16h  
Comment fonctionne Terre de Liens et à quoi ça sert ? Témoignage de la ferme du Mèot qui a bénéficié de cette aide, importance des partenariats : Biocoop soutien la foncière Terre de Liens.

**Ateliers pratiques cuisine :**

« Faire ses galettes aux duls. » vendredi et samedi à 14h30

« Cuisiner les fruits secs. » dimanche à 16h

**KERBIO BREST**  
3 rue de Kerfautras  
29200 BREST  
Tél. : 02 98 46 45 81



## Made In HOME



Made in home est une association loi 1901 (à but non lucratif) finistérienne qui propose des **ateliers pour apprendre à faire ses cosmétiques soi-même, cosmétiques maison à base de produits naturels**, dont les huiles végétales et les huiles essentielles.

«Made in home », créée par Fanny Russaouen, a un peu été nommée ainsi par opposition à «Made in China». Ici, **cosmétiques et produits ménagers sont faits maison**. Fanny Russaouen, qui a suivi une formation en aromathérapie à l'École lyonnaise des plantes médicinales, s'est également auto formée grâce à ses lectures et ses expériences personnelles. « Je connais la provenance des produits utilisés. **C'est sain, économique et à la portée de tous**», assure-t-elle.

Tout est réalisé à base de produits naturels, avec un large panel réservé aux huiles essentielles : sérums, soins pour le corps, gels de douche, huile autobronzante, etc. Fanny Russaouen fait partager son savoir et propose des stages et réunions; elle désire aussi développer d'autres fabrications que les cosmétiques, notamment celle de produits ménagers.

### Pourquoi un atelier ou un stage ?

L'**atelier d'une demi journée** ou le **stage d'une journée** vous permet de participer avec d'autres personnes à la **découverte des cosmétiques faits maison** et également de passer un moment de convivialité autour d'un déjeuner en toute simplicité (formule journée).

Le maître mot est la **convivialité** !

Quel plaisir de s'accorder une demi journée ou une journée rien que pour soi !

Bien sûr, **vous repartez avec les produits que fabriqués**. Vous aurez l'occasion de découvrir les produits de base et de pouvoir mieux les appréhender pour choisir ce qui vous convient. Les ateliers sont **accessibles à tous** et les recettes ne nécessitent pas ensuite d'investir dans du matériel important et d'acheter une longue liste d'ingrédients ! Des **recettes simples** que vous pourrez refaire chez vous sans risque de vous tromper. Vous bénéficiez de **conseils personnalisés** (choix des ingrédients en fonction de votre peau et de vos goûts).

Made in home n'utilise que les **produits naturels et issus de l'agriculture biologique ou sauvages**.

### Des ateliers spécifiques peuvent être réalisés :

**Atelier « initiation »** (découverte des produits de base, réalisation de produits simples)

**Atelier « produits pour bébé et enfant »** (liniment, huile de massage, huile de bain...)

**Atelier « initiés »** pour réaliser des produits plus complexes (crèmes élaborées, laits...)

**Atelier réservé aux enfants** (réalisation de produits simples et ludiques destinés aux enfants, à offrir aux parents ou à garder pour eux)

**Stage à la journée** (pour prendre le temps : initiation à l'aromathérapie, quelles huiles végétales et hydrolats ? Réalisation de plusieurs produits)

**Atelier « évènement spécial entre amies » (enterrement de vie de jeune fille, anniversaire...)** programme adapté en fonction de vos attentes avec un soin particulier réservé à la personne à l'honneur ce jour là.

**Atelier « cuisine aux huiles essentielles »** pour découvrir des recettes sublimes par les merveilleuses essences à notre disposition.

## Conférences et ateliers

**Conférence « Pourquoi fabriquer ses cosmétiques soi-même? »**

Dimanche à 14h.

**Ateliers pratiques cosmétiques naturels :**

Apprendre à réaliser soi-même un cosmétique naturel.

Samedi à 15h30.

**MADE IN HOME**  
10 rue Saint Pol Roux  
29820 GUILERS  
Tél. : 06 64 23 11 38



# Comité Régional BRETAGNE d'Education PHYSIQUE et GYM VOLONTAIRE



## 122 ANS D'EXISTENCE...et pourtant mal connue

L'origine de la Fédération Française d'Education Physique et Gymnastique Volontaire remonte en 1888 lorsque le Dr Philippe Tissié de l'Académie de Bordeaux cherche à **combiner santé physique et santé morale** de la jeunesse française. En 1953, la Ligue évolue et prend le nom de Fédération Française de Gymnastique Educative (FFGE), la cible privilégiée devient l'Adulte convié à se préoccuper davantage de sa santé, rejette l'esprit de compétition au bénéfice de la gymnastique d'entretien.

En 1973, elle prend son nom actuel et devient la Fédération Française d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV). La fédération s'inscrit dans une démarche de **promotion du sport pour tous** qui lui semble garante « d'une santé pour tous ».

Son souci permanent est de mettre à disposition du public des cadres fédéraux compétents, animateurs sportifs et diplômés. La formation des animateurs est une priorité fédérale afin de toujours multiplier et de diversifier son offre de pratique. (marche, vélo, randonnée, aquagym, sport en salle...).

La FFEPGV devient la **1ère fédération sportive non compétitive de France et 5ème fédération sportive tous sports confondus**.

La richesse de la FFEPGV c'est la diversité ; **multiplécité des cours proposés**, diversité de ses acteurs (bénévoles et professionnels), diversité de ses clubs (urbains, ruraux, gros, moyens, petits). La FFEPGV est **présente** partout, **dans chaque département français**.

## Le rôle du comité régional Bretagne



Le comité régional Bretagne est l'organisme de formation de la FFEPGV. Son rôle est de former les futurs animateurs CQPALS, développer les compétences des animateurs en activité afin de répondre aux besoins des publics sur le territoire.

Il est en lien direct avec les clubs, les dirigeants et les animateurs. Il offre une aide de proximité (administrative, sociale, juridique, financière...). Il a en charge le développement de la présence fédérale sur son territoire.

Il organise des formations continues pour les dirigeants (gestion, juridique..) et des formations continues pour les animateurs afin d'enrichir les contenus des séances EPGV.

## Dynamiser l'image EPGV et faire connaître le Sport Santé auprès du grand public, pendant le salon Bio Respire la Vie.

### L'espace pro & informations :

Mise en avant des formations professionnelles qualifiantes du Comité Régional en lien avec les projets des animateurs et les besoins des pratiquants.

### L'espace grand public :

Détente musculaire, souplesse, force, équilibre,...Testez votre condition physique, ¼ d'heure pour savoir où vous êtes vraiment!

### L'espace forme & découverte : une nouvelle activité physique en démonstration : le Gliding.

Le Gliding, c'est quoi ? Ce sont des disques de nylon (pour les planchers à surface dure (bois, vinyles,...) ou de plastique (pour le tapis) il sont légers, durables et peu encombrants, ils se transportent et se rangent facilement.

Le but : Travailler avec les disques glisseurs c'est une activité amusante et originale qui procure un entraînement musculaire et cardio-vasculaire. Ils permettent de travailler de manière fonctionnelle et efficace les muscles de la posture en ajoutant de la fluidité aux exercices traditionnels. On améliore donc l'endurance musculaire, l'équilibre, la flexibilité et la souplesse.



COMITE REGIONAL EPGV BRETAGNE

4A rue du Bignon

35000 RENNES

Tél. : 02 99 67 35 40



## Les CABANES de Kermenguy

Venez revivre des sensations oubliées, des rêves d'enfant, le bonheur d'être en communion avec la nature dans une des deux cabanes du site de Kermenguy et **redécouvrez la nature dans les arbres.**

Les cabanes sont **parfaitement intégrées dans le parc** : l'une en lisière de prairie, l'autre au cœur de la forêt. Les vacanciers déposent leur voiture au bord de la route et se rendent à pied, via un petit sentier, l'autre par deux échelles et un pont suspendu.

### Une expérience inoubliable à vivre à deux, ou en famille.

La **cabane des Jonquilles** vous attend à 2 ou en famille (2 adultes + 2 enfants) pour une nuit inoubliable.

Construite à 6 mètres de haut, entre deux arbres, un hêtre et un chêne totalisant à eux deux plus de trois siècles. Entièrement sécurisée, elle fera le bonheur des amoureux de la nature.

La cabane des Jonquilles, est la première cabane de France **certifiée développement durable PEFC.**

La cabane a été entièrement réalisée avec des bois PEFC dont 80 % proviennent de la forêt du site de Kermenguy.

La **cabane "stars"** vous accueille à 8 mètres du sol, venez admirer les étoiles dans cette cabane juchée à environ 8 mètres du sol. Pour y accéder : échelles, passerelle suspendue. A découvrir en amoureux.

La **tente saharienne** vous attend au sol pour une immersion dans la nature.

Pour ceux qui ont le vertige et préfèrent rester au sol, en famille jusqu'à 5 personnes, la tente saharienne est là pour vous satisfaire.

### L'ensemble du château de Kermenguy

Le domaine de Kermenguy : 38 hectares privés autour du manoir. Cette surface importante de terrain présente un élément majeur quant à la nature et à la variété des manifestations qui sont organisées sur le domaine.

**Le jardin** : ancien jardin potager réaménagé et fleuri pour accueillir une ou plusieurs tentes jusqu'à 300 mètres carrés. Très belle vue sur les façades du château.

**La cour** : plus de 500 m<sup>2</sup> disponibles devant le château. Cette cour, dotée de son puits d'origine, dispose d'une taille idéale pour organiser une réception extérieure et compléter les salles de réception à l'intérieur.

**L'esplanade** : située devant le château, cette esplanade permet d'accueillir des manifestations de grande ampleur, comme les fêtes de la nature, la fête du cheval, feux d'artifice et spectacles grâce à son acoustique exceptionnelle.

**La galerie Louis XIII** : C'est un monument architectural intéressant qui ferme l'esplanade, et sert de « clôture » à l'ensemble des bâtiments. Inscrite à l'inventaire supplémentaire des monuments historiques, elle fait partie du patrimoine historique du château.

**L'allée de Saint-Jean** : C'est une allée voûtée bordée de hêtres majestueux, longue de 500 mètres et plantée par l'arrière-grand-père de l'actuel propriétaire.



**CHATEAU DE KERMENGUY**  
29233 CLEDER  
Tél. : 06 62 13 91 37

## HISSEO Charpente

Hisséo charpente est une entreprise artisanale située à Motreff près de Carhaix en plein Centre Bretagne. Hisséo réalise différents ouvrages en bois en construction neuve comme en rénovation.

- Maison Ossature Bois,
- Poteau-Poutre,
- Colombage,
- Charpente traditionnelle.

Hisséo Charpente est adhérent du réseau d'artisans « Approche éco habitat », constitué d'architectes, de maîtres d'œuvre et d'artisans du gros et second œuvre.



Leur démarche en tant que charpentiers est de participer à la **création de bâtiments durables, viables et confortables**, soutenir cette approche et intégrer à chaque projet la problématique de la consommation énergétique décrite par le cycle de vie des matériaux, l'énergie grise, le dimensionnement de l'isolation, la compacité et l'orientation du bâtiment afin d'atteindre si vous le souhaitez une labellisation (bbc passif...).

Pour atteindre un bâtiment durable et de qualité, le choix des essences de bois (douglas, chêne...), la mise en œuvre, la connaissance des différents produits issus de l'industrie ou non sont eux aussi des éléments déterminants. Tous ces critères de choix sont mis en corrélation avec votre budget et vos besoins pour réaliser une construction englobant au mieux toutes ces problématiques.



### **\*L'efficacité énergétique de l'enveloppe :**

- Le choix de matériaux performants, économes en énergie, sains et donc écologiques
- Une isolation correspondant à votre projet (bbc, passif...)
- Une étanchéité à l'air permettant la performance de l'isolation
- La respirance de vos parois pour favoriser l'évacuation des eaux de condensation

### **Eco-habitat Bretagne, formations pour les particuliers :**

Hisséo Charpente apporte son expertise à travers l'animation d'un module de formation proposé dans le cadre de la formation "éco habitat Bretagne".

Cette formation a pour but d'aider les particuliers à appréhender les principaux systèmes constructifs bois : poteaux-poutre, ossature-bois, charpente, au travers de leurs différentes qualités thermiques, mécaniques, hygrométriques...

Un jour et demi en atelier, où les participants sont confrontés au levage d'une maquette ossature bois grandeur nature de manière à voir les points singuliers de ce système.

Puis la taille et le levage d'une ferme traditionnelle à l'aide d'outils à mains seront abordés.

Les trois jours restants seront proposés en salle de manière à connaître le matériau bois et connaître les exigences techniques de ces systèmes constructifs.

Cette formation n'a pas pour but de former des charpentiers ou constructeurs bois mais d'apporter les connaissances nécessaires pour :

- choisir soi-même un système constructif bois adéquat à son projet personnel
- évaluer ses capacités et ainsi définir son rôle lors de la construction de votre habitat



**HISSEO CHARPENTE**  
IESCOAT  
29270 Motreff  
Tél : 02 98 93 50 56

**Soizic Guennoc-le Goff est conceptrice en bâtiment, plasticien du cadre bâti (D.N.A.T.). Depuis l'âge de dix ans, son engagement est réel** (action Jeunesse pour la Nature, à 17 ans initiatrice de recherches d'économies d'énergies familiales, suite au choc pétrolier).

Après son bac, elle passe quatre années d'études section Cadre Bâti, dans les Écoles Nationales d'Arts de Brest, Toulon et Metz. Puis son parcours passe par divers missions en tant que Compositrice en architecture avant de créer son **agence de conception de maisons bioclimatiques en 2002 « Archigraph ».**

Soizic Guennoc-le Goff, son parcours:

Intérêt pour **l'écocitoyenneté, l'architecture organique, le land art, le feng shui, l'esprit zen, la géobiologie.**

Travail sur **la confrontation ou l'intégration entre le minéral et le végétal, la nature et le bâtiment.**

Membre de l'association **"Approche"** groupement des acteurs de l'écohabitat en Bretagne

Membre de l'association **"RIAC29"** (Réseau Initiative Action Climat du Finistère)

Membre du réseau **"Cohérence"**

Membre de l'association **"Plouguerneau Nature Environnement"**

**Archigraph propose une conception de la maison en fonction de:**

**La personnalité** des clients, **l'environnement**, **le style d'architecture** souhaité, **l'organisation** des pièces souhaitées, les surfaces souhaitées, le **budget**, la **réglementation** du terrain. Basé sur l'écoute et l'échange, le projet est présenté, commenté et modifié jusqu'à complète satisfaction.

**L'élaboration du dossier de permis de construire** à partir de ces plans est réalisée par une entreprise générale de votre choix, ou proposée par Soizic Guennoc.

**Secteur d'intervention:** pointe Bretagne = Finistère nord.

**Une maison bioclimatique est une maison qui favorise l'épanouissement des individus :**

- dans sa conception elle s'adapte au mieux au climat,
- profite de la chaleur gratuite du soleil,
- limite les besoins en énergie et favorise les énergies renouvelables,
- utilise des matériaux naturels favorables à une bonne santé,
- produit le minimum de déchets,
- s'harmonise à l'environnement alentour et/ou reprend une architecture régionale pour ne pas contribuer à la mondialisation des paysages.

Suivant chacun, la priorité sera portée plutôt sur l'un ou l'autre de ces aspects. L'important étant de faire avancer la démarche de **bioconstruction** à sa mesure.

L'orientation actuelle d'Archigraph est de proposer uniquement des maisons ou extensions en bois BGV, isolé par l'extérieur ou avec de la paille, pour la **renouvelabilité de ces matériaux et leurs performances thermiques supérieures**



**ARCHIGRAPH SOIZIC GUENNOC**

18 rue de Kroaz Boulig

29880 PLOUGUERNEAU

Tél. : 02 98 04 58 64

