ÉDITO • SEPT 2023 •

Le Plat Gousset

FEUILLE D'INFORMATION
Ville de Cancale

Mobilité douce,
C'est la nouvelle définition
Des déplacements que nous faisons
Presque tous
Quand nous prenons le temps
D'aller ici ou là tranquillement.

Mobilité douce,
C'est à pied ou à vélo,
Qu'il fasse ou non beau
Mais que l'envie nous pousse
À profiter de l'espace ouvert
Pour redécouvrir l'univers !

Mobilité douce...
Chance pour tous !

P-Y Mahieu,
Maire de Cancale
Président du Pays de Saint-Malo

• • •

INFOS PRATIQUES

L'AMÉRANCE Pôle culturel & associatif

LE PROGRAMME PAGE 12...

• SUBVENTIONS AUX ASSOCIATIONS 2023

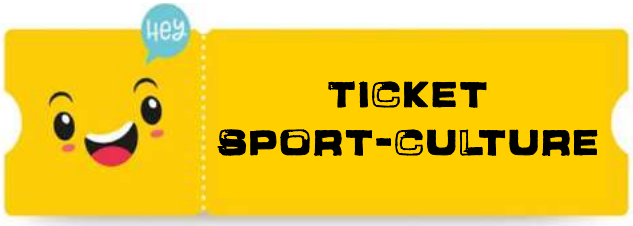
Les dossiers seront disponibles en mairie ou téléchargeables sur le site de la ville à la rubrique « Enfance, Jeunesse, Vie associative / Subventions » **à partir du 1er novembre 2023 et devront être retournés complets pour le 30 novembre 2023.** Pour toute information : Jérôme Le Reste au 02 99 89 60 15 ou sur : jerome.le-reste@ville-cancale.fr

• L'ACCUEIL DE LOISIRS

recherche des bénévoles ayant du temps pour aider les enfants à apprendre leurs leçons le lundi et le jeudi de 17h15 à 18h. Contact au 02 23 15 18 68 ou sur accueildeloisirs@ville-cancale.fr

• TICKET SPORT-CULTURE

Ce dispositif, financé par le CCAS de la ville de Cancale, vise à favoriser les pratiques culturelles et sportives chez les enfants et les jeunes en leur permettant d'obtenir **une réduction de 20 € à 40 € sur le prix de l'inscription à l'association. Il s'adresse aux Cancalais âgés de 6 à 11 ans** inclus qui pratiquent une activité dans une association sportive et/ou culturelle et qui bénéficient de l'Allocation de Rentrée Scolaire (ARS). Sur présentation de l'attestation d'inscription, de la pièce d'identité ou du livret de famille et de l'attestation de l'ARS, il faut se présenter au point d'accueil de l'Espace Bel-Air. Rendez-vous à partir du 13 septembre le mercredi de 10h à 12h, le vendredi de 17h à 20h et le samedi de 10h à 12h au 24 rue du Stade. Plus d'informations au 02 23 15 13 71.



• COUPON SPORT 35

Le dispositif Coupon sport d'Ille-et-Vilaine a pour but **d'aider les jeunes bretillien.nes âgé.es de 11 à 15 ans,** bénéficiaires de l'Allocation de Rentrée Scolaire à pratiquer une activité sportive de qualité et régulière. Ainsi, le département finance une partie du coût de la licence sportive et de l'adhésion à un club agréé par le ministère des Sports et affilié à l'Agence Nationale des Chèques Vacances (ANCV). Le montant de cette aide, défini en fonction du coût de la licence et de l'adhésion, est de **20 euros par enfant pour une licence et adhésion comprises entre 45 euros et 90 euros, ou de 40 euros par enfant si le coût global est supérieur à 91 euros.** Pour en bénéficier, vous devez effectuer une demande lors de l'inscription de votre enfant auprès de l'association sportive en présentant une copie de l'attestation d'ARS et du livret de famille ou d'une pièce d'identité. Vous bénéficierez de la réduction au moment de l'inscription auprès de l'association ou après remboursement du club par l'ANCV.
https://www.ille-et-vilaine.fr/coupon-sport35

• PASS'SPORT

Le Pass'Sport est **une allocation de rentrée sportive de 50 euros par enfant/jeune adulte pour financer tout ou partie de son inscription dans une structure sportive** éligible pour la saison 2023-2024.

Qui est concerné ?

- Les jeunes de 6 à 17 ans révolus bénéficiant de l'Allocation de Rentrée Scolaire (ARS);
- Les jeunes de 6 à 20 ans bénéficiant de l'Allocation d'Éducation de l'Enfant Handicapé (AEEH);
- Les jeunes de 16 à 30 ans bénéficiant de l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH);
- Les étudiants bousiers de l'État ou régional de l'enseignement supérieur jusqu'à 28 ans.

Où l'utiliser ?

- Au sein des associations sportives affiliées aux fédérations sportives agréés par le ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques ;
- Au sein des associations agréées JEP ou Sport exerçant dans les quartiers prioritaires de la ville (QPV) et/ou soutenues par le programme.

https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A15850

• ÉNERGIE SOLAIRE : BIEN COMMANDER

Le photovoltaïque a le vent en poupe ! Le *Plat Gousset* de septembre 2022 rappelait à cette fin **la nécessité de déposer un dossier en mairie et livrait quelques recommandations de disposition en toiture.** Dans ce contexte, de nombreuses entreprises prospectent donc les territoires, et Cancale en fait partie, afin de proposer d'équiper les toits bien orientés en panneaux photovoltaïques. Certaines entreprises pourront aussi proposer un mandat, ayant pour but d'accomplir, pour le compte du propriétaire, l'ensemble des démarches techniques et administratives nécessaires : plan de l'installation et photos en insertion, dépôt du dossier en mairie, échanges avec les services municipaux, commande, fourniture et pose des panneaux, et toutes formalités en vue de procéder aux branchements. Pour rappel, le mandat engage le propriétaire qui ne peut renoncer au projet, sauf à se rétracter de sa commande au plus tard dans les 14 jours qui suivent la signature de la commande.
Il est donc important que le propriétaire ait bien consenti à son projet photovoltaïque.
Pour tous renseignements concernant les entreprises, contactez la Maison de l'habitat à Saint-Malo à côté de la gare au 02 99 78 27 27.

Non autorisé !

Autorisé !

• SOUTIEN SCOLAIRE

La rentrée aura lieu le lundi 25 septembre au pôle culturel et associatif « l'Amérance » 2 rue du Docteur et Madame Cocar. Une permanence pour **les inscriptions se tiendra**

les lundis 11 et 18 septembre de 17h à 18h30. Tout au long de l'année scolaire, les cours de soutien (aide aux devoirs) sont dispensés **les lundis, mardis et jeudis de 17h à 18h, les mercredis de 13h30 à 14h30 et de 14h30 à 15h30.** L'aide aux devoirs est procurée par des bénévoles et s'adresse aux élèves du CP à la Terminale qui éprouvent des difficultés ou souhaitent s'améliorer en Français, Lecture, Mathématiques, Anglais, Allemand ou Espagnol. Ce soutien s'adresse également aux jeunes et adultes en formation professionnelle. Une participation forfaitaire de 7 € par an et par famille est demandée. Un appel est lancé aux bénévoles car la demande augmente d'année en année.
Contact : Guy Leclerc au 06 52 92 10 38 et sur guyleclerc35@gmail.com ou auprès d'Anne-Marie Deregnaucourt au 06 19 12 36 03 et sur dereg5935@gmail.com

• Jeux & Compagnie

La ludothèque associative est ouverte environ **un samedi sur deux de 15h à 17h.** L'adhésion nécessaire pour jouer sur place est de 25 € par famille et par an. Pour emprunter un jeu, il faut ajouter à cette adhésion 10 € annuels. **La ludothèque dispose de plus de 430 jeux/jouets et accueille des enfants dès 18 mois et sans limite d'âge pour les adultes.** Elle possède aussi des jeux surdimensionnés qu'il est possible de louer.
Dates des ouvertures jusqu'aux prochaines vacances scolaires : 16, 30 septembre et 14 octobre. Pour plus d'information, contacter Gabrielle Manson au 06 63 03 72 39 ou sur : jeuxetcompagnie.cancale@laposte.net

• Bridge Club

Club qui se réunit tous les vendredis de l'année (même pendant les vacances petites ou grandes) au 2ème étage de l'Amérance de 13h50 à 17h30. Tournois libres non répertoriés à la fédération… Contact : Virginie Bastien au 06 40 38 96 65.

• Club de la bonne humeur

Mardi 12 septembre
Reprise des activités au 2ème étage de l'Amérance : jeux de cartes, belote, scrabble, tarot et jeux de société.

• Culture et Loisirs

Lundi 18 septembre
Inscriptions à 15h au 2ème étage de l'Amérance, salle Eugénie Sachet (programme et renseignements sur les différents ateliers).

• Ateliers de céramique

Venez réaliser vos propres créations en céramique au 83 rue des Rimains ! Moana Céramiques vous propose deux types d'ateliers créatifs :
- les ateliers découverte de 2h30 (55 € le cours).
- les lots de 10 cours (36 € le cours) pour avoir le temps d'apprendre et de maîtriser les différentes techniques. Le jeudi de 14h30 à 17h ou le samedi de 14h30 à 17h ou de 17h15 à 19h45. Plus d'informations sur moana-ceramiques.fr

• Le Gardien du Fa

L'École de la Fausse Note est une école de piano où vous **apprendrez à jouer librement, joyeusement et en confiance.** Que vous vouliez jouer avec des partitions ou apprendre à improviser, les cours de piano ont pour objectif de vous donner des repères grâce à des techniques simples et rapides à mettre en place. Accueil toute l'année.
Renseignements au 06 64 15 17 90 et sur www.le-gardien-du-fa.com

ÉCOLE DE LA FAUSSE NOTE
fondée par Marc Vella

Infos pratiques

• Centre Nautique Cancale

Il reste encore des places pour **naviguer toute l'année en Optimist (mercredi après-midi), catamaran ado (samedi matin), catamaran adulte (samedi après-midi), habitable (samedi matin et après-midi), ou dériveur (samedi après-midi).** Le CNC proposera aussi très bientôt une sélection de stages à réserver en ligne pour les vacances d'automne, à prix réduits.
Plus de renseignements au 02 99 89 90 22 ou sur contact@centrenautiquecancale.fr

• Semelles au vent

L'association propose, sans engagement, des séances individuelles **d'initiation à la marche nordique,** dispensées par ses entraîneurs, tous titulaires du brevet fédéral. La marche nordique sollicite un entraînement général de 80 % des chaînes musculaires du corps, sans être traumatisante. Nous prêtons les bâtons. Si l'activité vous plaît, vous pourrez ensuite adhérer au club : la cotisation est de 30 €. **Nous marchons en 4 groupes de niveau pour que chacun trouve son rythme.**

• Réveil musculaire cancalais

L'association a repris ses activités les 04 et 08 septembre **de 18h30 à 19h30 à l'Espace Joseph Pichot.** Renforcement musculaire - assouplissement + activités nature, sportive, découverte, culturelle. Infos : Claude Rouillard au 06 30 93 80 62.

• AS Karaté

Cours pour les enfants : le lundi à 18h et 19h et le mercredi à 18h et 19h.
Cours pour les adultes : le lundi de 19h30 à 21h, le mardi de 9h30 à 11h et le mercredi de 19h30 à 21h.
Professeur : Jacques Poignand, 5ème Dan de karaté.
Infos : 06 22 16 02 62 et sur jpoignand@free.fr
Dojo Valérie Nicolas

• Bleunia'N Fit

L'association Bleunia'N Fit vous propose de pratiquer du **renforcement musculaire, du cardio et de la mobilité** à travers ses 3 différentes activités : Circuit Training, Pilates Classique et Pilates Fusion.
Le Circuit Training : avec ou sans matériel ou tout simplement avec le poids du corps, on enchaîne, en musique, des exercices de cardio et de renforcement musculaire sous forme de circuit. Les lundis à 19h15, gymnase impasse Henri Dunant.
Le Pilates classique : l'objectif est de renforcer son corps en douceur et en profondeur.
Les mercredis à 18h30, salle Part'âges, lotissement des Prés Bosgers.
Le Pilates Fusion : discipline hybride puisant dans un mix de techniques (Pilates, danse, animal flow, Yoga, entraînement fonctionnel...), le tout en rythme sur une playlist très vibrante. Avec la recherche de mouvements qualitatifs et le renforcement des muscles profonds et posturaux, l'objectif est de travailler toutes les qualités physiques du corps. Les mercredis à 20h, salle de danse, Espace Joseph Pichot.
Infos au 06 89 90 84 24 et sur bleunianfit@gmail.com

• Laye'N'Co

L'association vous propose **des cours de danse à l'espace Joseph Pichot.** Éveil et initiation à la danse, modern'jazz, contemporain. À partir de 4 ans, enfants, ados, adultes. Cours d'essai gratuit. Nous avons hâte de vous retrouver ou de vous rencontrer ! Professeure, Laurie Blaise, diplômée d'État. Renseignements au 06 78 08 08 81 et sur layenco.danse@gmail.com et sur le site http : //layenco.weebly.com

• Gym Douce Cancale (3ème âge)

Les cours ont repris **depuis le 5 septembre à 15h.** Contact : gymdoucecancale@gmail.com ou au 06 84 75 64 09.
Espace Joseph Pichot.

• Qi Gong

Pour la saison 2023-2024, l'association reprend ses activités en septembre et propose des cours en journée et en soirée. Le Qi Gong est **une gymnastique traditionnelle chinoise associant des mouvements lents au rythme de la respiration, visant à développer le souffle vital et l'énergie intérieure.** Sa pratique régularise et équilibre le corps, la respiration, le cœur et l'esprit.

Les cours, animés par 2 professeurs, se déroulent au complexe Joseph Pichot, derrière la mairie de Cancale :

Cours dans la journée

- le mardi, animé par Alexis, de 10h30 à 12h
- le jeudi, animé par Sophie, de 15h30 à 16h30

Cours le soir

- le lundi, animé par Sophie, de 19h15 à 20h15

Nous offrons la possibilité de pratiquer le Qi Gong lors de deux cours de découverte avant de vous inscrire pour l'année. La reprise de l'activité s'effectuera la semaine du 18 septembre.

Contact : Marie-Claude Le Pennec sur qi-gong-mc@hotmail.com et au 06 51 09 33 35.

• Yoga Club

L'association fait sa rentrée le mardi 12 septembre à 17h à l'Espace Pichot, salle de danse. Plusieurs créneaux vous sont proposés : mardi de 17h à 18h, mercredi 16h30 à 17h30, 17h45 à 18h45, 18h45 à 19h45, vendredi (yoga doux) de 9h30 à 11h. Les cours Hatha Yoga sont accessibles à tous, débutants ou confirmés. Les cours sont dispensés par Rozenn Duhirel, professeure de yoga certifiée. Il est possible de faire une séance d'essai. Pour toute inscription, se munir d'un certificat médical ou d'un questionnaire de santé pour les certificats médicaux de moins de 3 ans. Cotisation annuelle : 140 €. Carnet de 10 cours : 62 €. Renseignements : yoga.cancale@gmail.com ou au 06 77 07 81 65.

• Ti Om - Maison du Yoga

Voyager à travers soi. Le yoga a cette capacité, **il vous invite à l'exploration intérieure**. Vous prenez alors conscience de toutes vos sensations physiques, de vos émotions, des pensées qui vous traversent. Chaque fin de séance, **vous repartez allégés physiquement et mentalement.** Vous devenez plus présent, en harmonie avec vous-même et ce qui vous entoure. Carole, enseignante diplômée d'Ashtanga Yoga, Vinyasa Flow Yoga vous propose des cours collectifs au Shala Ti Om et à l'espace Joseph Pichot. Disponible aussi pour des cours particuliers, privatisés. Le lundi 9h Hatha Yoga, le mardi 9h et 17h15 et le mercredi 19h15 Ashtanga Vinyasa Yoga, le jeudi 9h yoga doux.

Renseignements et inscriptions sur contact@tiomyoga.fr ou au 06 75 96 50 42 ou sur tiomyoga.fr

• Aya Yoga

Prendre un temps pour soi, respirer, ralentir, dénouer les tensions et peut-être lâcher prise et partir à la découverte de son corps et de ses sensations. Le Hatha Yoga est à la fois doux et tonifiant, relaxant et fortifiant. Il permet d'améliorer la souplesse, la posture, l'équilibre et de développer la force musculaire et la capacité respiratoire. Pratique adaptée à tous les âges, du novice au confirmé.

Aya vous propose **des cours de Yoga Doux, Yoga Dynamique et de méditation,** les lundis et mardis. Professeure diplômée Hatha - Ashtanga - Vinyasa Yoga et Yogathérapie.

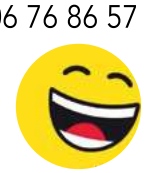
Renseignements au 06 98 29 78 52 et sur ayayogasep@gmail.com

Espace Joseph Pichot

Yoga du Rire

Pour rire sans raison et bénéficier de ses bienfaits, rions avec les autres. Nos corps sécrètent une bonne dose de dopamine, d'ocytocine, de sérotonine et d'endorphines, une recette simple et infaillible pour être en forme, rendez-vous :

- les dimanches à 15h30 : 24 septembre, 22 octobre et 26 novembre et 17 décembre. Au Théâtre de verdure, face à la mer, rue Jean-Marie de Lamennais.
- En semaine : les mardis de 7h30 à 9h pour bien commencer la journée, au Dojo Valérie Nicolas, au sein du complexe Pierre de Coubertin. Tenue recommandée : confortable et propre pour s'allonger sur les tatamis. Inscription impérative. Organisation : Sophie Langlois & Jean-Yves Guinemer. Renseignements et inscriptions par SMS au 06 76 86 57 84.



• Studio Pilates Cancale

Un studio de Pilates ouvre ses portes à partir de septembre. Le Pilates est une méthode de **renforcement musculaire basée sur le contrôle, la respiration, et la fluidité des mouvements via l'enchaînement d'exercices au sol.** Le Pilates s'adresse à tous. C'est une activité qui est particulièrement adaptée lorsque l'on avance dans l'âge et que l'on veut rester en forme. Concentré sur les exercices à réaliser, on déconnecte pendant une heure. On apprend à bien coordonner ses mouvements, on prend conscience de son corps, donc on l'utilise mieux dans la vie courante, mais aussi dans d'autres sports. Tout au long de la séance, on est corrigé pour réaliser les exercices correctement et améliorer sa pratique. A la fin de la séance, la posture est meilleure, l'énergie circule dans le corps et un sentiment de bien-être profond s'est installé.
Séances tous les jours de la semaine. Planning disponible sur Internet.
Contact : Anne Mounier, professeure de Pilates certifiée. Infos au 06 32 09 20 42 et sur studiopilatescancale@gmail.com et www.pilates-cancale.fr

Studio Pilates Cancale

• Amicale Laïque

La troupe de théâtre « Les Cabotins » **recherche pour sa prochaine pièce un comédien amateur, débutant ou non, âgé de 25 à 45 ans.**
Contact : alc.cabotins@yahoo.fr

• Secours Catholique

Le Secours Catholique de Cancale - Saint-Coulomb... Terre et Mer reprend ses permanences : café-rencontre à la Maison natale de Jeanne Jugan 69 avenue du Général de Gaule à partir du 14 septembre de 14h à 16h ; tous les jeudis sauf vacances scolaires. Venez nombreux, nous vous accueillerons chaleureusement.

Caritas France
Secours Catholique

• Enquête sur le chômage, l'emploi et l'inactivité

Du 11/09 au 01/10
L'Insee effectue une importante enquête statistique qui permet de **déterminer combien de personnes ont un emploi, sont au chômage ou ne travaillent pas.** Elle fournit également des données originales sur les professions, l'activité des femmes ou des jeunes, les conditions d'emploi ou la formation continue. Tous les trimestres, un large échantillon de logements est tiré au hasard sur l'ensemble du territoire. Sauf exceptions, les personnes sont interrogées six trimestres de suite : la 1ère interrogation se fait par la visite d'un enquêteur au domicile, les interrogations suivantes par téléphone ou sur Internet. La participation de tous est fondamentale car elle détermine la qualité des résultats. Madame Muriel LETHEUX prendra contact avec les personnes des logements sélectionnés et sera munie d'une carte officielle. Vos réponses resteront strictement confidentielles. Elles ne serviront qu'à l'établissement de statistiques comme la loi en fait la plus stricte obligation. Merci pour votre coopération.

Animations

• Cancale à cheval !

Dimanche 10 septembre
Portes-ouvertes au **centre équestre des Douets Fleuris : découverte des installations, des équidés, des moniteurs,** inscriptions pour l'année sportive (10h -17h).
Samedi 16 septembre : aide au ramassage des déchets en collaboration avec Al Lark.
Toutes les actualités de l'association et du centre équestre sont sur Facebook et Instagram.

• Courir à Cancale

L'association propose 3 activités : Pilates, marche nordique et course à pied.
Dimanche 10 septembre
La FFA organise, avec le club Courir à Cancale, la RUN 2k 2023 sur le stade Pierre de Coubertin de 9h à 11h30 : course à pied sur une distance de 2 km, à renouveler le nombre de fois désirées.
Samedi 07 octobre
Journée nationale de marche nordique. Départ à 14h du stade Pierre de Coubertin.
Dimanche 5 novembre
Sport Pour Tous organise avec le

club Courir à Cancale le ROAD TOUR au gymnase Pierre de Coubertin. Un camion et des animateurs sportifs sillonnent la France pour sensibiliser les Français à s'initier et découvrir de nombreuses activités physiques connues ou moins connues. Objectif : trouver l'activité adaptée aux besoins de chacun.
Contact au 07 89 47 53 70 et sur couriracancale@laposte.net

ROAD TOUR
SPORTS POUR TOUS

AU GYMNASE
PIERRE DE COUBERTIN
À CANCALE !

• MARCHE ET VÉLO ALENTOURS

Samedi **16 septembre**

Projet éducatif et environnemental :
- Information et formation : comment rouler en ville en toute sécurité
- Parcours d'éducation routière «espace sécurisé» pour les enfants (les vélos et les casques ne sont pas fournis) de 10h à 12h et 14h à 16h
- La sécurité routière
- L'entretien des vélos
- Prise en main d'un vélo à assistance électrique (vélo prêté gratuitement)
- Le Vélo-bus pour le trajet des enfants allant à l'école
- Connaissance des différents modes de déplacement doux
- Ramassage des déchets sur la commune à vélo

Projet inclusif :
- Faire découvrir les mobilités douces aux personnes en situation de handicap Tandem – Triporteur – Joëlette...

Projet inter-associations cancalaises :
- Semelles au vent
- Découverte Cancale à pied
- Initiation marche nordique
- Bourses de vélo d'occasion entre particuliers

Projet culturel :
Découverte du patrimoine de Cancale et des communes alentours : 2 départs, 9h30 et 14h
- Circuit commenté à vélo des malouinières (environ 20 km) ;
- Circuit tourisme d'entreprises commenté (environ 20 km ;
- Circuit commenté du patrimoine de Cancale à pied (environ 10 km) ;
- Randonnée pédestre pour enfants « À la rencontre des animaux » départ 10h environ 5 km.
Point restauration sur place moyennant participation financière. Venez en famille ou entre amis, les activités sont gratuites ! Inscription pour l'ensemble des activités sur cyclocancalais.jimdofree.com
Salle Omnisports, de 9h à 17h.

• EC(H)O-CITOYEN

Du 12 au 22 septembre

L'Ec(h)o-Citoyen vous invite à l'exposition **«zéro déchet c'est possible»** dans le cadre de la semaine du développement durable - Ouverture de 10 à 13h et de 14h à 18h30.
Entrée libre et gratuite (réservation souhaitable pour les écoles et les groupes).
Infos sur lechocitoyen@ecomail.bzh et au 06 87 70 29 02.
Auditorium de l'Amérance

Samedi 16 septembre

Journée de ramassage des déchets Terre et Littoral sur la commune de Cancale dans le cadre du «World Clean up day». L'Ec(h)o-Citoyen et Al Lark invitent toutes les associations cancalaises et citoyens bénévoles à un collectage de déchets de 9h30 à 12h suivi d'un pique-nique tiré du sac. Infos sur lechocitoyen@ecomail.bzh et au 06 87 70 29 02.
Rendez-vous à 9h30 au parking du Théâtre de verdure rue du Dr Cocard.

Vendredi 29 septembre

Conférence débat « **Que l'eau vive : l'eau dans tous ses débats** »
La conférence aura pour objet de vous informer et vous sensibiliser aux questions liées à l'eau : les politiques publiques de l'eau, la gestion et l'état des lieux au niveau local, la protection de la biodiversité, la conchyliculture et les écosystèmes de la baie.
Elle sera animée par :
- Séverine Bourserie, directrice du Syndicat des Eaux de Beaufort;
- Stéphan Alleaume, ostréiculteur et directeur associé des Parcs Kerber à Cancale;
- Mikaël Le Bihan, technicien au service régional de l'OFB bretagne;
- Philippe Vachet, chef du service départemental de l'Office français de la biodiversité.

Entrée libre – Infos : lechocitoyen@ecomail.bzh et au 06 87 70 29 02.
20h, hall de l'Amérance.

• SPORT SANTÉ SÉNIOR

Jeudi 21 septembre

Journée de navigation à bord de la bisquine La Cancalaise afin de permettre aux adhérents de mieux se connaître et de maintenir une ambiance conviviale et dynamique au sein du club.

• BAINS ET VOYAGES SONORES

Mardis 12 et 26 septembre , mardis 10 et 24 octobre, mardis 7 et 21 novembre, mardis 5 et 19 décembre à 19h15.
Ludovic vous propose un bain sonore aux vibrations de ses bols tibétains et gongs. Grâce à ces sons et vibrations vous n'avez rien à faire à part vous laisser porter par l'atmosphère. Cette relaxation laisse la place à la méditation et active aussi certaines capacités d'auto-guérison, car au-delà de la détente profonde, un processus de transformation est initié par les vibrations, raison pour laquelle des changements notables voient rapidement le jour, sur le plan physique, émotionnel et mental. **La séance d'1h15 se déroule dans la salle de danse de l'Espace Joseph Pichot.** Le tarif est de 20 euros. Réservation par sms au 06.99.23.82.28 ou au salon coiffure HBC. Habillez-vous en tenue confortable et apportez un plaid et un oreiller ainsi qu'une bouteille d'eau. Facebook / Massage Sonore aux Bols et Gongs Tibétains.

• Bordées de Cancale

Du 23 au 25 septembre

Pour leur 22ème édition, les Bordées font escale en Écosse. L'occasion de vous offrir de belles découvertes autour des chants en gaélique ou en doric de nos cousins écossais de l'Aberdeenshire aux Highlands, en passant par les Îles Hébrides.

Vendredi 22 septembre : Bal traditionnel pour les enfants des écoles de 14h30 à 16h30 (chapiteau) avec Terti tertan. Ouverture du festival à 19h avec les enfants des écoles (village du festival). Bal trad écossais breton de 20h30 à minuit (chapiteau) avec Terti Tertan, Dames de nage, Tripple et les Archets du Clos Poulet.

Samedi 23 septembre : Bordées chantées à bord de *La Cancalaise* de 9h à 12h et de 14h à 19h (embarquement Port-Mer). Conférence « Cancalaises » par le musée des ATP à l'Amérance de 14h30 à 16h. Scènes ouvertes dans les jardins de la mairie de 14h30 à 17h30 avec les Gars de la Cale, les Godilleurs, Bordée nantaise et le Duo Corlay Miossec. Concerts au bar «Chez Marie» rue du Port de 11h à 15h. Scènes ouvertes sur le Port de la Houle de 13h30 à 19h (Cabestan, Place Calvaire, Marché aux huîtres). Concerts à l'Espace John Wright de 14h à 20h (village du festival). Concerts à la Galerie Luka de 15h à 19h. Concerts sous le chapiteau de 14h30 à 19h (village du festival) avec Derek Williamson, Many a Mickle, Carola et Peter MacCallum, Duo La Bricole, Dames de nage, Terti Tertan et Manu Bouthillier. Manœuvres chantées au Cabestan à 13h30 et à 16h (village du festival). Jeux traditionnels de 14h à 18h30 (village du festival). Stands associatifs de 14h à 20h (village du festival). Concerts dans les cafés de la Houle de 17h à 22h. Concerts sous le chapiteau de 20h30 à 23h30 : grande soirée écossaise ! Avec « Tripple » suivi de Chloé Bryce et Megan Mac Donald. Cabaret des complaintes maritimes de 20h30 à 23h : Galerie Luka.

Dimanche 24 septembre : Balade chantée de 9h30 à 12h (départ de la Place du Calvaire) avec Les Archets du Clos Poulet, Passeurs d'écoute et Noé Morel. Scènes ouvertes devant l'Amérance. Lectures de textes maritimes par l'association « Mots en Escale » à l'Amérance de 11h à 12h. Concerts à Port-Mer de 11h à 13h. Casquette du marin devant la buvette à 12h. Concerts à l'Espace John Wright de 11h à 18h (village du festival). Concerts sous le chapiteau de 14h à 18h (village du festival) avec Tripple, Chloé Bryce et Megan Mac Donald, Dave Jolly et Richard Heacock, Duo La Bricole. Scènes ouvertes au Cabestan de 11h à 18h (village du festival). Manœuvres chantées au Cabestan à 13h30 et 15h (village du festival). Stands associatifs de 11h à 18h (village du festival) avec Al Lark et Modélisme naval cancalais. Jeux traditionnels de 14h à 18h (village du festival). Final avec le concours international de tir à la corde à 18h (plage de la Houle). Programmation officielle 2023 Chloé Bryce & Megan Mac Donald / Peter & Carola MacCallum / Anthony Mac Serazin / Derek Williamson / Tripple / Many a Mickle / Dave Jolly & Richard Heacock / Dames de nage / Terti tertan / Manu Bouthilllier / Les Passagères du vent / Les Pirates / Duo La Bricole / Scènes ouvertes 2023 (à confirmer) : Anne Yes, Anne Metel, Les Archets du Clos Poulet, Au taquet, Belle Mer, Bordée nantaise, Calm, Duo Jolly Kerrien, Duo Corlay Miossec, Les filles de Terrelabouët, les Gars de la Cale, les Gars de la Houle, les Godilleurs, Millaris, les ouf du dyjau, Passeurs d'écoute, Tud ar Yaou.

Toutes les infos sur lesbordees.bzh

Animations

• Semaine Bleue

Du 02 au 08 octobre

4 jours qui constituent un moment privilégié pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des retraités à la vie économique, sociale, culturelle, sur les préoccupations et difficultés rencontrées par les personnes âgées, sur les réalisations et projets des associations.

Au programme :

Lundi 02 octobre :

- Séance de cinéma - Film «Quand tu seras grand» d'Éric Metayer et André Bescond. À la suite, un échange aura lieu avec le collège Saint-Joseph. Entrée : 4 €/pers. Contact : CCAS au 02 99 89 60 15
14h - Cinéma Duguesclin - 5 impasse St-Méen
- Séance de tir à l'arc à 17h, Salle Omnisports - Rue du Port.

Mercredi 04 octobre :

- Vernissage : «Dessine-moi ton papi et ta mamie». Exposition des dessins réalisés par les enfants. Entrée libre et gratuite.
16h-17h30 à l'Amérance - Rue du Dr et Mme Cocar - Contact: CCAS au 02 99 89 60 15.
- «Alzheimer, un mot qui fait peur mais qui nous concerne tous». Présentation de la maladie, des évolutions et difficultés rencontrées par le Dr Canneva. Intervention de Mme Moreau, psychologue, pour parler de la place de l'aidant et de son rôle. Entrée libre et gratuite.
17h30-19h30 à L'Amérance - Rue du Dr et Mme Cocar – Contact : France Alzheimer au 02 99 80 86 43.

Samedi 7 octobre de 10h à 18h
Marché et Forum de l'Ec(h)o-Citoyen, 2ème édition
Manger, bio, sain et local
- 30 exposants producteurs et transformateurs
- Stands d'associations environnementales, ateliers culinaires, atelier rempotage pour les enfants, animation musicale et animation de rue. Vente et dégustation, restauration sur place. Salle Omnisports.
Infos sur lechocitoyen@ecomail.bzh et au 06 87 70 29 02.

• La Main Tendue

Bourse aux vêtements d'hiver

Du 09 au 11 octobre

Dépôt des articles (vêtements, chaussures femmes, hommes et enfants à partir de 4 ans, accessoires, linge de maison) : lundi 09/10 de 9h30 à 18h. Vente : mardi 10/10 de 13h à 18h et mercredi 11/10 de 9h30 à 13h (entrée libre). Reprise : jeudi 12/10 de 10h30 à 13h et de 18h à 19h. Tarif : 2 € par liste de 20 articles (1 seule paire de chaussure état neuf acceptée) + 10% retenu sur la vente réalisée.
lamaintendue35.jimdofree.com
Salle Cancaven.

• Livres pour le Téléthon

Vendredi 20 octobre

Réception des livres de 14h à 15h.
Gymnase Pierre de Coubertin

TÉLÉTHON

Animations

• Vide-grenier

Les 21 et 22 octobre

Samedi 21/10 de 10h à 18h et dimanche 22/10 de 10h à 17h30. **Entrée libre.**

Tarif : 10 € la table sur emplacement de 6 m² sur 1 jour et 15 € sur 2 jours, si inscription sur place 2 € supplémentaires. Buvette et petite restauration. Réservation uniquement aux particuliers les mardis et samedis d'octobre de 11h à 13h à la Recyclerie solidaire au 4 rue des Ateliers.

Bulletin d'inscription téléchargeable : http://lamaintendue35.free.fr

Réservation au 06 81 14 02 07 - Contact sur maintendue35@orange.fr

Gymnase Pierre de Coubertin.

• Bourse aux jouets

Du 13 au 14 novembre

Dépôt illimité et gratuit : lundi 13/11 de 9h30 à 18h - Vente : mardi 14/11 de de 9h à 17h (entrée libre) - Reprise: mercredi 15/11 de 10h30 à 19h.

Tarif: 10% retenu sur la vente

lamaintendue35.jimdofree.com

Salle Cancaven.

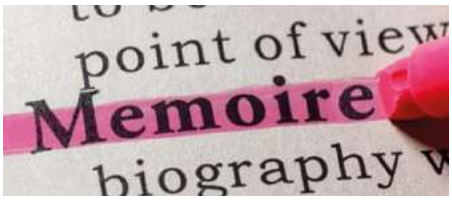
• Réunion publique

Vendredi 20 octobre

Vous êtes invités à participer à une réunion de **prévention sur la mémoire** qui sera suivie ultérieurement d'ateliers de travail.

Contact : CCAS au 02 99 89 60 15.

10h à l'Amérance



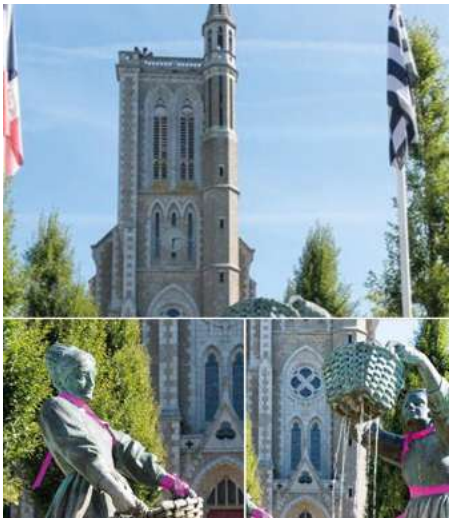
• Octobre Rose

Vendredi 20 octobre

Forum-débat sur le cancer du sein

Samedi 21 ou dimanche 22 octobre

Des animations sportives et culturelles permettant également le soulagement physique ou moral seront proposées. Enfin, des tee-shirts seront vendus au profit d'une association intervenant dans ce domaine. **Venez nombreux !** Plus d'informations à venir.



• Heures du conte

Jeudis 26 octobre et 02 novembre

À chaque vacance scolaire, c'est LE rendez-vous des enfants. **La bibliothèque municipale organise des séances de contes chaque jeudi, à l'intention des petites oreilles, à partir de 3 ans, à 10 h et à partir de 6 ans, à 11 h.** Des albums coups de cœurs, piochés au gré des envies des conteurs, selon les thèmes de l'année. Places limitées.

Réservations au 02 99 89 90 82 ou sur bibliotheque-cancale.fr

L'AMÉRANCE
Pôle culturel & associatif

Au programme...

www.lamerance-cancale.fr

C'est la rentrée !

Nous espérons que vous avez passé un bel été et que vous êtes prêts pour une nouvelle saison à l'Amérance. Depuis le 09 septembre, le programme met à l'honneur les associations et leurs spectacles : théâtre, musique classique, jazz, cabaret, spectacles pour les tout-petits, jeune public, résidences artistiques, accueil de festivals, conférences, rencontres d'auteurs, lectures, magie et illusion. Une programmation pour toutes et tous ! **N'hésitez pas à consulter le programme sur le site : lamerance-cancale.fr où vous êtes invités à réserver vos places.**

En espérant vous voir prochainement à L'Amérance.

• Le Banc

Samedi 16 septembre

Les Théâtr'Ailes, en partenariat avec le Tsaddé Théâtre, présentent *Le Banc*, une pièce de Phanie Ridel-Livet, mise en scène par l'auteur, avec Barbara Poulain et Serge Le Clanche. Les théâtr'ailes est une association récemment implantée à Cancale, spécialisée dans la mise en lumière d'auteurs contemporains. Plus d'infos sur : www.lestheatrailes.com

Deux femmes sur un quai de gare. L'une en fauteuil roulant, l'autre travestie. Autour d'un banc, les voilà qui se cherchent, se confient, se confrontent… Quand on est tombé dans la mauvaise peau, le quotidien n'est évidemment pas simple, le regard des autres, surtout, alourdit. Alors, il faut transgresser, jouer d'humour, choquer avec tendresse. On pleure un peu, on s'offusque deux secondes, on rit, on prête l'oreille aux confidences.
20h30 - Tarif normal : 20 € - Tarif réduit : 15 €

• Concert Nâdiya

Vendredi 22 septembre

À 18h15, concert gratuit et ouvert à tous au stade municipal Pierre de Coubertin.

• Bordées de Cancale

Dimanche 24 septembre

L'association Mots en Escale participe aux Bordées de Cancale, avec des lectures de nouveaux textes et poèmes, sur le thème de la mer (René Convenant, Pierre Loti, Chantal Thomas, Alice Zeniter, Gwenaëlle Abolivier, Xavier Grall, Gérard Glatt, Madeleine Le Floch, Michel Colas). L'Écosse sera mise à l'honneur par un hommage au poète Kenneth White disparu le 15 août et la lecture du dernier texte d'Alain Emery par lui-même, dont l'action se situe en Écosse.
De 11h à 12h

• Festival Via Aeterna - Musique classique

Samedi 07 octobre

Composés l'un après l'autre au cours de l'année 1827, quelques mois avant la mort de Schubert, les deux Trios pour piano, violon et violoncelle s'inscrivent dans cette miraculeuse floraison de chefs-d'œuvre qui caractérise la dernière année de la vie du compositeur.
Schubert : Trio avec piano n°1 en si bémol majeur opus 99 D.898
Schubert : Trio pour piano et cordes n°2 opus 100
Renseignements et réservations : via-aeterna.com
20h30, auditorium

• Via Aeterna - Musique hébraïque

Vendredi 13 octobre

Premier groupe israélien de musique du monde, Yamma Ensemble se voue à l'interprétation de la musique hébraïque ancienne et moderne. Mêlant les sonorités d'instruments contemporains à celles d'instruments anciens typiques - duduk, ney, kopuz, oud, shofar -, il présente des compositions contemporaines originales et des chansons traditionnelles issues de toute la diaspora juive, notamment des communautés juives du Yémen, d'Irak et d'Espagne. Une musique pleine d'âme qui met en lumière le riche héritage musical et la spiritualité des cultures dont l'ensemble se réclame.
Renseignements et réservations : via-aeterna.com
20h30, église Saint-Méen

• Mots en Escale

Mercredi 18 octobre

Gérard Glatt, écrivain né en 1944 à Montgeron, partage sa vie ente la région parisienne et Cancale. Auteur de nombreux ouvrages, romancier et poète, il présentera ses deux derniers romans dont les intrigues se situent à Cancale ou dans les environs.
17h30, entrée libre sans réservation

• Concert
Samedi 21 octobre
Hommage à Django Reinhardt par Tom Babylone, *alias* Dominique Carré, avec l'association Mots en Escale.
Informations et réservations : michel.colas35@yahoo.fr ou au 06 86 45 55 40.
20h - Tarif : 15 €

• Concert
Jeudi 26 octobre
L'association A Capella présente « Au café du canal » : 18 chansons de Pierre Perret mises en scène et interprétées par 5 chant'acteurs qui se croisent et s'interpellent au rythme des chansons. Un piano et cinq voix dévoilent autant de facettes de l'auteur : le Perret tendre, l'engagé, le féministe, le grivois et l'humaniste. Chansons connues ou plus confidentielles se succèdent dans cette comédie d'1h20 qui nous conduit d'un petit bistro de banlieue aux confins de l'Afrique et de l'Amérique du Sud. Un pur moment de bonheur !
Informations et réservations : abergerata@orange.fr ou au 06 84 74 79 28
20h - Tarif normal : 15 € - Tarif réduit : 10 €

• Concert
Vendredi 10 novembre
Hélène c'est elle, Le Gros c'est lui, son accordéon, son complice, son binôme ! Entre ces deux-là, c'est une véritable histoire d'amants. Ça couine, ça craque, ça vocifère, ça danse, ça s'encanaille en chansons, ça joue, enfin... lui joue. Elle, nous conte les choses de la vie, parfois cradingue, souvent sensible, toujours ambigüe.
20h - Tarif normal : 15 € - Tarif réduit : 10 €

• Conférence
Samedi 18 novembre
Mots en Escale reçoit Jacques-Yves Bellay, qui vit à St-Coulomb, est romancier, collaborateur de la revue «Esprit», essayiste, conférencier. C'est à ce titre qu'il vient évoquer le grand écrivain tchèque Franz Kafka (1883-1924) auteur de «Le Procès» ou encore «La Métamorphose». Informations : 06 86 45 55 40 ou sur michel.colas35@yahoo.fr
18h - Entrée libre

• Récital de piano
Samedi 25 novembre
Interprétation de Dimitri Weissenberg
- Frédéric Chopin : Polonaise-Fantaisie, en la bémol majeur, Op.61 (1846)
- Camille Pépin : Iridescence - glace (2023)
- Johannes Brahms : Deux rhapsodies, op. 79 (1879)
1. Rhapsodie en si mineur – Agitato
2. Rhapsodie en sol mineur – Molto passionato, ma non troppo allegro
- Tristan Murail : Résurgence (2021)
- Igor Stravinsky : Trois mouvements de Petrouchka (1921)
20h - Tarif normal : 15 € - Tarif réduit : 10 €

• Concert
Samedi 02 décembre
Mots en Escale vous convie à un concert de musique andine.
Depuis 1982, Peru Inka parcourt le globe partageant la musique rythmée et colorée de l'Amérique des Andes et de l'Amazonie péruvienne. Les musiciens s'attachent à exprimer la vie de leur peuple avec chaleur et émotion.
Renseignements et réservations : 06 86 45 55 40 ou sur michel.colas35@yahoo.fr
20h - Tarif : 15 €

• Mots en Escale
Mardi 05 décembre
Alice Zeniter, née à Clamart en 1986, est romancière, dramaturge, metteuse en scène de théâtre et, récemment, réalisatrice de cinéma avec son film «Avant l'effondrement» en 2022. Autrice de plusieurs romans elle connaît un vif succès avec «L'Art de perdre» récompensé par le prix Goncourt des lycéens en 2017. Répondant à l'invitation de Mots en Escale, elle vient parler de son œuvre mais aussi de son travail d'autrice. Informations : 06 86 45 55 40 ou sur michel.colas35@yahoo.fr
18h - Entrée libre

• Spectacle de danse
Samedi 09 décembre
Par la Compagnie de l'Hermine d'Or de Vincent Graal. L'E N V O L (du Petit Prince) est un conte grandeur nature qui nous envole entre rêve et réalité, magie, musique live, théâtre, chansons, acrobaties de cirque... Le Petit Prince nous revient des étoiles jusque sur la scène où il voltige à qui mieux mieux et grandit à vue d'œil pour nous transporter dans son rêve et sa féerie avec tant d'autres événements miraculeux. Des colombes apparaissent et disparaissent à vol d'oiseau et nous font nous envoler à notre tour avec elles... ou avec ailes ! L'Amour Vainqueur nous donne rendez-vous sur un petit air d'harmonica tandis que Le Petit Prince apprivoise Pierrot du rire aux larmes.
18h - Tarif normal : 15 € - Tarif réduit : 10 €

Expositions Galerie des Arts

• Claudine Graveleau

Du 20 au 27 septembre

« Je peins ce qui ne dure pas, mais revient toujours, le va-et-vient des marées, les histoires laissées sur le sable, dessinés ? Bien sûr, mon expérience depuis la naissance en bord de mer pénètre la toile, je m'y trouve, «je m'y retrouve». La peinture est un langage métaphorique, poétique, elle raconte des histoires petites ou grandes, joyeuses ou tristes. C'est une aventure agitée, sereine aussi. Je propose ici une nouvelle série « Avit ar ouel uhel hissez haut», des variations sur ce thème un peu comme en musique, alors, peut-on y trouver une certaine sonorité ? À vous qui regardez librement de le dire. Ici, c'est un bord de mer agité, les mouvements du pinceau le sont aussi, un geste libre, une réflexion sur la vie, avec ses surprises, ses accidents, ses rivalités de couleurs. La liberté est véritablement au cœur de la chose artistique. Le monde n'est pas toujours à l'endroit pourquoi la peinture le serait-elle ? C'est de la poésie qui se voit. »

• Odile Morin

Du 20 octobre au 05 novembre

Chaque jour un regard comme un mouvement fondamental. Présentation d'huiles sur toile, sur papier, des dessins. Figures et non-figures ne sont pas des décors mais des souffles inattendus dans le blanc, dans la couleur.

Expositions Salle Yvain

• Francis Seninck

Du 13 au 27 septembre

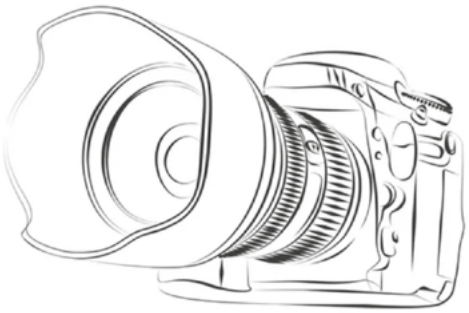
C'est toujours avec autant de plaisir que j'accrocherai pour la 10ème année consécutive une quarantaine de toiles sur les cimaises de la Halle à Marée. Comme à chaque fois, la lumière reste pour moi une obsession. Elle est ma quête permanente. Elle est surtout «ma raison de peindre». C'est selon moi celle-ci qui doit créer «l'atmosphère» sur chacune de mes peintures. Après une construction rigoureuse, je peins avec un réel déterminisme figuratif et tente de restituer sur la toile ma fascination et la relation qui me lie à la nature».

• Luc Leguérinel

Photographie / sculpture en bois flottés

Du 20 octobre au 1er novembre

Art et nature. Artiste plasticien vivant et travaillant en Bretagne, Luc Leguérinel présentera des photographies de la Côte d'Émeraude, avec son regard intuitif et esthétique, et d'autres séries sur l'abstraction géométrique sur la mer ainsi que de ses installations Land Art, empreintes de poésie. Des sculptures en bois flottés, une collection de cartes et marque-pages compléteront l'exposition. Il partagera sa passion pour la photo et l'art éphémère en proposant des balades créatives sur la plage les mercredi 25 et samedi 28 octobre. Renseignements au 06 16 54 23 70.

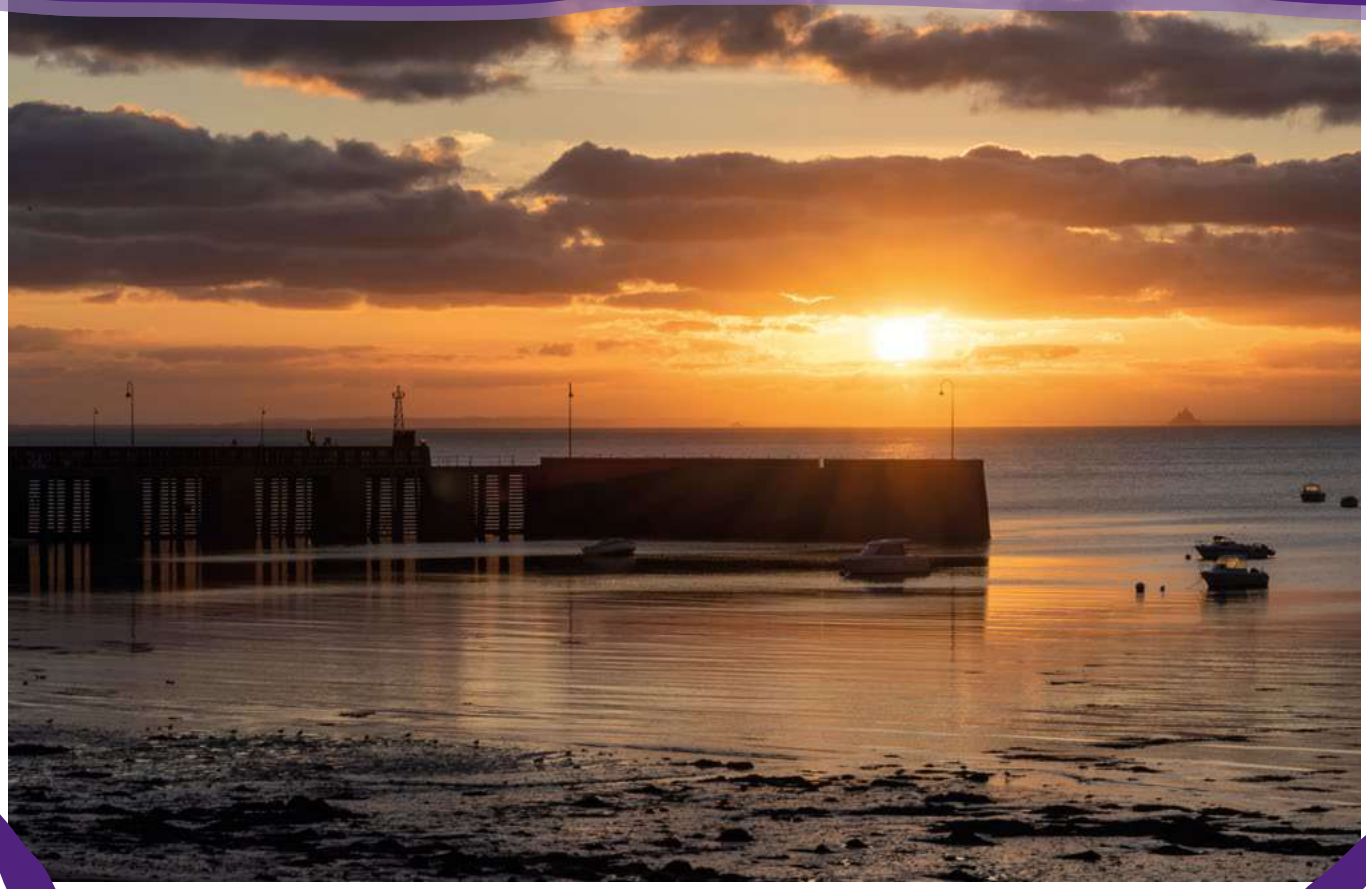


• Jean-Yves Jouan

Du 02 au 15 novembre

Sculpteur sur vieux outils. « Mon plaisir est de redonner une autre vie et une autre importance à du matériel qui aurait pu finir à la poubelle. Avec une imagination vagabonde, une fois inspiré, je ponce, dérouille, tronçonne et assemble par une soudure à l'arc. L'œuvre est achevée par une couche de peinture brillante ou un vernis. La collection est très diversifiée depuis le chat, les voitures de course, les lampes de chevet, des bigoudènes… Toutes mes créations proviennent de vieux outils. J'essaie de garder le plus possible l'origine de celui-ci. »

Belle rentrée à tous !



• Prochaines parutions

Si vous souhaitez annoncer vos manifestations, veuillez communiquer votre programme à l'adresse : mairie@ville-cancale.fr **avant le 30 octobre 2023** pour le prochain *Plat Gousset*, le plus tôt possible pour une insertion sur le site de la ville. Les informations non communiquées ne pourront pas figurer sur le bulletin d'information.

État civil

Seuls les avis n'ayant pas fait l'objet d'une opposition à leur parution figurent dans cette rubrique (les oppositions sont à faire lors de la déclaration de l'événement).

Bienvenue à

Élior GLET POMARD ..... le 17 juin
Alice DUFEIL ..... le 09 juillet
Noam LENGLET PRESLIN ..... le 11 juillet
Paul BIZIEN ..... le 20 juillet
Owen ALIX ..... le 25 juillet
Apolline MANSET ..... le 29 juillet
Léandre PORTER ..... le 15 août
Auxence JEANNE ..... le 16 août

Vœux de bonheur aux jeunes mariés

Yann BAGOT et Jimena PEREZ CASTRO PEREZ ..... le 24 juin
Erwan LOQUET et Aurore CERSOWSKY ..... le 24 juin
Simon FEAT et Bérénice MOTAIS de NARBONNE ..... le 27 juillet
Florina LEMONNIER et Virginie KIRSCHER ..... le 12 août

Ils nous ont quittés

Joseph QUÉRÉ ..... 94 ans
Marcel SOURCIN ..... 90 ans
Robert CONTIN ..... 77 ans
Marie-Danielle BERTHELOT née LESNÉ ..... 81 ans
René LUBÉ ..... 74 ans
Thierry STYCZEN ..... 66 ans
Berthe ROQUIER née LEVILLAYER ..... 97 ans
Anatole LE LIÈVRE ..... 18 ans
Raymonde BEAUFRÉRE née CAPRON 90 ans
Monique MATHURIN née TRÉDAN ... 86 ans
Fernand MENNESSIER ..... 86 ans
Elise OUTY née NOUVEL ..... 86 ans
Alice GÉRARD née ROGER ..... 100 ans
Joseph BERNIER ..... 72 ans
Dierk MANTHEY ..... 79 ans
Stéphane TUSSING ..... 56 ans
Michèle DELISLE née PENAUD ..... 80 ans

Le Plat Gousset est une publication de la Ville de Cancale
Directeur de Publication : Pierres-Yves MAHIEU - Rédactrice en Chef : Anne-Sophie LAMIRÉ
Conception Graphique : Couleur Pub - Impression : Husson Publicité Impression