



N° 19  
Janv. 2016

## Le calendrier des sorties

### Bonjour à vous toutes et tous,

Une nouvelle année commence au cours de laquelle notre association bien aimée aura trente neuf ans d'existence !

Au cours de l'automne 2017, nous fêterons les 40 ans de CBN comme il se doit...

Mais, pour cette année 2016, l'équipe de rédaction et de diffusion de « CBN en Marche » vous présente ses meilleurs vœux de santé pour toutes et tous, de réussite professionnelle pour celles et ceux qui sont encore en activité ( si, si il en existe à CBN ! ) et aussi de bonheur, de moments conviviaux et d'échanges dans tous les domaines.

La feuille de Chou

### Attention Dimanche 17 Janvier à la place du 10 Janvier à partir de 14 h ( réinscriptions):

Notre Assemblée Générale qui se déroulera dans la salle 1 de l'ECC suivie de la traditionnelle galette des rois.

Nous vous attendons nombreux comme chaque début d'année.

#### **Dimanche 7 Février :**

Nous ne sommes pas en mesure de vous informer d'une éventuelle sortie « raquettes » car cette journée est organisée par le « Conseil Départemental », et nous ne disposons d'aucune date à ce jour.

#### **Dimanche 14 Février:**

Nous mangeons « la tripe » au restaurant « Le Concorde » à Aulnat. Vous recevrez en temps et en heure toutes les informations avec la demande d'inscription .

#### **Samedi 19 Mars 2016**

Journée « ramassage des objets encombrants » avec l'association « Les mains ouvertes » sur le parking Beaulieu à Ceyrat.

**Courant Mars ( date et heure communiquée par la municipalité):** nettoyage de Printemps le long des chemins de la commune.

Pour la suite, voir en page 4 ...//...

## Un pied devant l'autre

Les accompagnateurs et moi-même devons, une fois encore, rappeler les consignes de sécurité et l'article 4 de notre « règlement intérieur » pour ce qui concerne la marche en groupe.

En effet, nous sommes de plus en plus nombreux à participer aux randonnées des mercredis et jeudis et, de ce fait, le respect des consignes de sécurité devient primordial, en particulier lorsque le groupe longe ou traverse une route quelle qu'elle soit !

**Dés que vous êtes en présence de goudron sous vos pieds, il est indispensable de vous concentrer sur ce que vous êtes en train de faire et de vous conformer, sans commentaires d'aucune sorte, aux consignes données par l'accompagnateur ( trice) du jour.**

La législation en vigueur impose à tout randonneur (seul ou en groupe) de se déplacer sur le côté gauche de la chaussée sauf si un trottoir est praticable du côté droit.

S'il s'agit d'un groupe, les marcheurs doivent se déplacer en file indienne.

Lors des traversées de routes, il faut d'une part se regrouper et d'autre part accélérer le pas en traversant au plus court toutes et tous ensemble.

Lorsque un passage protégé existe, il est obligatoire de l'emprunter depuis le début des bandes zébrées jusqu'à la fin de celles-ci.

Il faut que l'ensemble des randonneurs prennent conscience du danger si ces consignes ne sont pas respectées: l'accident arrive toujours au moment où on l'attend le moins et il est très souvent provoqué par une faute d'inattention ou une négligence !

APS

## La Bretagne par Monique:

N.B. Je n'écris pas en marchant... Ces notes ont été prises pendant les trajets en car, à partir des informations données par notre guide.

Mardi 2 juin 2015. Le climat est clément : c'est Brest qui prend toutes les pluies, le golfe n'en a pas plus que Toulouse ! Les deux groupes vont vers Locmariaquer, haut lieu avec Carnac du mégalithisme. Il y a dans cette région 66 % des mégalithes de France. Rochefort même est un site : 600 menhirs, et un feu de forêt à Montneuf, près de Brocéliande, a révélé 600 à 800 pierres couchées.

(Au passage dans le village, c'est le jour de l'hippo-marché !)

Le mégalithisme est daté de 5000 à 2500 avant J.C., c'est-à-dire du néolithique, et donc n'est pas celtique. Les Celtes ne sont arrivés qu'en - 700. Il comprend :

des menhirs : pierres debout, isolées ou en alignements (200 à 500). On en dénombre maintenant 3900 mais 40 000 environ ont été érigées.

Des cromlechs, certains doubles, en 8, sous l'eau et sur l'île. L'eau du golfe était à -10m il y a 8000 ans, on allait à Belle Ile à pied.

Des tumuli et cairns, avec pétroglyphes : Gavrinis. Un tumulus est une butte de terre où est inhumé un seul individu. Beaucoup ont disparu. La butte de César à Timiac est un tumulus intact. On les appelle maintenant des dolmens, restes de tumuli. Le cairn signifie « pierre ». Il a plusieurs inhumations, on enlevait les os et on les remplaçait; il faut donc un accès, donc un couloir dont on a toutes les dimensions ! Par exemple, à St Michel : 65x25x12 m, 40 000 m<sup>3</sup> de pierre. Ils vont de 1 à 5 chambres, de 1 à 11 couloirs parallèles. Ils ont été détruits par les « Gaulois » à l'époque romaine et jusqu'au XX<sup>ème</sup> siècle qui en a fait des carrières jusqu'aux années 60-70 ! N.B. Le cairn du Petit Mont a servi de blokhaus allemand.

Pourquoi tous ces monuments ? On ne sait pas ! Pour les alignements, on a formulé l'hypothèse de frontières, mais on pense plutôt qu'ils signifiaient aux peuples migrants : Attention, au delà de cette ligne, il y a une tribu puissante. En tout cas, ce ne sont pas des monuments funéraires. Les cromlechs étaient peut-être des espaces de prière. Celui de Locmariaquer fait 21 m au sol et 290 tonnes, comment a-t-il été dressé ? Par quelles techniques ? On a pensé à des gouttières en argile mouillée, à des rondins de bois... La table des marchands pèse 40 tonnes sur le sommet, on n'a pas retrouvé de rondins en pierre. Les menhirs couchés ont souvent été tombés à partir du christianisme, ils ont été abattus ou christianisés. Les Romains ont introduit l'habitat en pierre : les Celtes construisaient en bois. Au XIX<sup>ème</sup> siècle, on a broyé des menhirs pour faire des giges et des routes ! C'est Mérimée qui a arrêté ces pratiques.

Vannes est au fond du golfe.



*Mégalithes*



*Maisons à colombages  
VANNES*



## La Bretagne par Monique : suite.

Les Celtes sont donc arrivés en - 700. Ce sont des envahisseurs venus du centre de l'Europe, de Bohême. Ils ont migré dans toute l'Europe, d'abord du Nord de l'Espagne au Sud de l'Allemagne, puis de la Turquie vers les côtes européennes. Ils n'ont pas écrit, ils ont intégré d'abord l'apport néolithique : on a retrouvé des torques (colliers rigides autour du cou plus ou moins sculptés, des fibules, des ceinturons, des centres de bouclier dans les tumuli. Le chef était posé sur un char mortuaire. C'est là la première vague.

La seconde introduit des éléments nouveaux : du corail rouge ou de la pâte de verre incrustés dans le métal. Ils envahissent l'Espagne, l'Italie, l'Angleterre, l'Irlande.

Il n'y a pas de nation celte, ce sont des tribus à côté ou contre d'autres. En Bretagne, 5 grandes tribus qui correspondent aux 5 départements actuels de la Bretagne ! Les Namnètes (Nantes), les Redonnes (Rennes), les Corsolites, les Ozisites, les Vénètes (Vannes). Ces derniers sont de la même tribu que celle de Venise, c'est la seule tribu de navigateurs qui sont aussi commerçants (bateaux, voiles), c'est la tribu la plus puissante d'Armorique, elle domine les autres. Elle commerce avec la Méditerranée en - 300. Bitracte est une plaque tournante du commerce celte. Les Celtes sont à l'origine de l'âge du fer, ils ont tracé chemins et routes.

Mais ils n'avaient pas d'écriture. Celle-ci existait pourtant depuis longtemps, mais les Celtes n'en ont pas pour des raisons religieuses : les druides transmettaient leurs connaissances uniquement oralement, le chef n'était qu'un exécutant des décisions des autorités religieuses. Il y a une grande circulation de pièces de monnaie, les Celtes se vendaient pour aller combattre, nus et criant... César les utilise les uns contre les autres.

Les objets celtes sont très beaux, on a de la dentelle de métal qui date de - 600. Les Celtes voyagent par tribus, avec leurs animaux (chiens, chevaux, ovins) et des plantes (épeautre), et font des déplacements réguliers dans toute l'Europe aux IV<sup>ème</sup> et V<sup>ème</sup> avt J.C.

Ils partagent une culture identique. Ils se font coloniser par les Romains à partir de - 52, de façon quasi pacifique, par une guerre économique. Ils sont romanisés, et on distingue alors deux cultures : en Haute Bretagne, on parle le gallo (celte et romain), dans le Finistère après Vannes, et à l'ouest (basse Bretagne), le breton ( En Irlande ou sur l'île de Man et au pays de Galles, c'est le gallo. Les Celtes adoptent la culture romaine, sauf en Cornouailles. Après 250 et l'effondrement de Rome, d'autres invasions. La culture celte reste vivace avec le folklore et les fêtes (nombreuses !).

En 250, une expédition celte vers l'Est menée par Brennus à la tête de 90 000 hommes les conduit jusqu'en Thrace, Turquie et Grèce où ils sont arrêtés. Ce sont des guerriers aux armes efficaces.

Vannes, cité des Vénètes, concentre l'essentiel du marché armoricain. La ville est très riche, on a retrouvé une sépulture de chef enterré avec son char et un service à boisson.

N.B. Pour les marcheurs : le tour de Bretagne, du Mont St Michel à la Loire fait 1200 km sur les 80 000 km de G.R. En France. Le Morbihan a 2500 km de P.R.

Côté mer, il y a 30 moulins à marée dans le golfe. Gavrinis est le plus beau cairn d'Europe. Le massif armoricain s'est élevé jusqu'à 5000 m, il s'effondre lors du soulèvement des Alpes et des Pyrénées et se forment 3 cuvettes : un lac, la Brière et le golfe, qui fait 12 000 ha (aussi grand que la Camargue).



**Cairn de Gavrinis**

**Alignements de Carnac**



Suite et fin du feuilleton Celte dans le prochain numéro...

### Suite du calendrier des sorties:

**Le 03 Avril à 14h30:** notre diaporama de l'ensemble de nos randonnées( semaines et Saint jacques) et de nos séjours hors région sera présenté par Marinette D ( notre Chargée de Communications) en salle 2 de l'ECC ( Espace Culture et Congrès ) de Ceyrat et sera suivi d'un pot de l'amitié.

**Du 10 au 23 Avril :** L'équipe d'Alain va parcourir le trajet Astorga / Santiago de Compostelle en Espagne et terminer à Finistere au bord de la mer pour clore le « chemin de Saint Jacques » commencé depuis Le Puy en Velay en 2010.

**Du 29 Avril au 5 Mai:** le séjour prévu dans les « Cinq Terres » en Italie. Vous recevrez, dans le courant du mois de Janvier et après notre AG (Assemblée Générale), toutes les informations concernant ce voyage.

**Du 28 Mai au 05 Juin:** L'équipe d'Yves va parcourir le trajet Conques / Cahors sur le chemin de Saint Jacques.

### La recette du jour:

#### Gâteau aux pommes

8 cuillères à soupe de farine

8 cuillères à soupe de sucre en poudre

6 cuillères à soupe d'huile ( d'olive de préférence )

Une noix de beurre fondu

3 œufs entiers

4 grosses pommes coupées en petits morceaux

2 petites cuillères de levure

Alcool ( rhum mais c'est aussi très bon avec de la chartreuse verte !)



Mélanger tous les ingrédients.

Cuire à feu doux pendant une demi-heure.

Variante: pour faire un gâteau au chocolat-pommes, on peut rajouter au mélange 3 cuillères à soupe de chocolat en poudre.



### Le « Coup de coeur »

Il s'agit d'un livre écrit par Gérard Mordillat et qui a pour titre : « la brigade du rire ». Il est publié chez Albin Michel.

Voici le texte de la « quatrième de couverture ».

Il y a Kowalski, dit Kol, né en colère. Betty, licenciée de l'imprimerie où elle travaillait, Dylan, prof d'anglais et poète. Les jumelles Dorith et Muriel, pour qui la vie est une fête permanente. L'Enfant-Loup, coureur et bagarreur.

Suzana, infirmière en psychiatrie. Rousseau, beau gosse et prof d'économie. Hurel, industriel, lecteur de Marx et de Kropotkine. Isaac, le rouquin, distributeur de films et Victoria que personne n'attendait...

Constitués en « Brigade du rire », par jeu, ils kidnappent Pierre Ramut, l'éditorialiste vedette de *Valeurs françaises*, et, dans un bunker transformé en atelier, l'installent devant une perceuse à colonne. Forcé de travailler selon ce qu'il prescrit dans ses papiers hebdomadaires- semaine de 48h, salaire de 20% inférieur au SMIC, productivité maximum, travail le dimanche- Ramut saura désormais de quoi il parle...

Dans une grande fresque tragi-comique, fidèle à son univers ( ses deux livres précédents ont pour titres « Vive la sociale » et « Les Vivants et les Morts » ) Gérard Mordillat parle du monde d'aujourd'hui, de ses injustices, de ses luttes, de ceux qui refusent de se soumettre et se vengent d'un grand éclat de rire.

### Un peu d'humour pour bien débiter l'année

Toc, toc ...

Qui c'est ?

C'est Lapinou.

Lapinou qui ?

*Lapinou Year. ( l'Happy new year ! )*



#### REDACTION:

Marinette Durieux

Alain Pont- Sabatier

#### DIFFUSION:

Marie Lafanechere

Chantal Renard



Pour les non anglophones: *la bonne et heureuse nouvelle année !*