

# JOURNAL DE BORD

2019 - n°22



Une publication de l'association

A chacun son Cap... 



# SOMMAIRE

2 L'édito

Rallye Nautique 3

4 W.E. Dinard

2019 Au fil de l'eau 5

6 Été - Semaine 1

Été - Semaine 2 7

8 Été - Semaine 3

Été - Semaine 4 9

10 Jeunes Adultes

2019 Au fil de l'eau 11

12 Parrain & Marraine

Partenaires  
& donateurs 12

12 À babord... ..À tribord

Soutenez ACSC ! 12

## L'ÉDITO

**A** l'heure de faire le bilan de nos activités en 2019, nous pouvons nous féliciter d'avoir encore réussi à mener à bien tous nos projets cette année.

La saison des séjours a traditionnellement commencé par le Rallye Nautique qui au gré de la résolution des énigmes a mené la flotte faire notamment une escale appréciée à Ouessant. Mais il ne fallait pas seulement cogiter pour marquer des points : lors d'un passage à Camaret ce sont des olympiades disputées qui ont départagé les équipages.

Une semaine plus tard, c'était au tour des plus jeunes de nos stagiaires d'embarquer à Dinard pour tirer des bords sur le catamaran « Ephata » et profiter du paysage confortablement installés sur les trampolines. Le lendemain, c'est à bord de la magnifique « Cancalaise » qu'ils ont participé aux manœuvres et profité d'une belle journée de navigation. Le week-end est vraiment passé trop vite !

Durant l'été, les croisières ont démarré en version tropicale au mois de juillet, il ne manquait que les palmiers !

C'est en effet sous un soleil de plomb et la canicule que les premières semaines se sont déroulées. Quel bonheur dans ce

contexte de pouvoir profiter à loisir d'une ou plusieurs baignades dans les eaux claires et rafraîchissantes des plages du sud de la Bretagne. Un vrai paradis !

Cet été a aussi été l'occasion pour A Chacun Son Cap d'avoir l'immense plaisir de voir Anne Liardet et Ian Lipinsky, marins expérimentés et reconnus, accepter notre proposition de devenir respectivement marraine et parrain de l'association. C'est une grande fierté pour nous de voir leurs noms associés à notre projet qu'ils connaissent bien tous les 2 ; ayant été plusieurs fois skippers sur nos séjours. Nous savons qu'ils partagent nos valeurs et qu'ils seront à nos côtés pour continuer nos actions. Nul doute qu'ainsi soutenue notre association tient le bon cap !!

Tous ces moments ne peuvent voir le jour que grâce à la disponibilité des bénévoles qui soutiennent l'association. Je veux remercier ici leur engagement et leur dévouement sans faille.

« Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin », A Chacun Son Cap ira très loin alors grâce à cet esprit d'équipe et cette générosité qui l'animent.

Nathalie MARCEAU,  
Présidente d'À Chacun Son Cap

**Nous contacter,  
nous trouver,  
nous suivre...**

Association A CHACUN SON CAP  
83 rue Paul Masson  
29200 BREST

Tel : 02 98 46 97 41  
Port : 06 82 67 91 70

Mail :  
contact@achacunsoncap.com

Site internet :  
www.achacunsoncap.com

Twitter :  
@achacunsoncap

Facebook :  
www.facebook.com/achacunsoncap



# RALLYE NAUTIQUE

du dimanche 28 avril  
au vendredi 3 mai 2019



## Les escales

Brest - Camaret - Île de Ouessant - Lanildut  
- Camaret - Brest

## Les matelots (14-17 ans)

Originaires d'Île de France, ils étaient 12 à bord :

*Eva, Hicham, Israa, Safa, Théo, Marthe-Josélie, Matthéo, Laurence, Madeleine, Mohammed, Rosy et Ayneric.*



**MYSTÈRE EN FINISTÈRE.** POUR LE COMITÉ DE PARIS DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER, A CHACUN SON CAP PROPOSE UN SÉJOUR SPÉCIAL POUR DES ADOLESCENTS SOUS FORME D'UN GRAND JEU DE PISTES SUR L'EAU, PONCTUÉ D'ÉPREUVES, D'ÉNIGMES... ET DE BONNE HUMEUR !

Pour son 13ème opus, le succès de cette première croisière de l'année ne se dément pas. Dans une saine émulation, mâtinée de fair-play, les 4 équipages ne se font pourtant pas de cadeaux pour être les premiers à lever le voile sur tous ces mystères qui entourent chacune des escales de la semaine. Et puis tout le monde participe, les jeunes comme les accompagnateurs, alors forcément, complicité et franches rigolades sont au rendez-vous !

Une fois de plus, la météo est plutôt conciliante. Du coup de vent qui a précédé le séjour, il ne reste qu'une longue houle sur notre route vers Ouessant que l'on fait au moteur, ... faute de vent. Éole est de retour deux jours plus tard, et mal orienté, nous privant de notre escale tant attendue à Molène. Qu'à cela ne tienne, Camaret nous accepte bien gentiment pour un deuxième passage. A l'abri de la pointe du Grand Gouin, la plage du Corréjou nous accueillera pour nos (fameuses) Olympiades .

Vendredi matin sur le quai de la gare, les regards en disent long : ce Rallye est bien trop court !

## Le témoignage de **AYNERIC**, de Paris

« Le Rallye Nautique est vraiment une expérience à vivre, c'est quelque chose qui est complètement différent du stage d'été. Ici, il y a un réel objectif : chaque jour, nous ne savons pas où nous allons aller le lendemain, pour cela il faut suivre des énigmes qui nous permettront de trouver notre future escale.

Tout est vraiment bien encadré, je me suis senti directement intégré et en sécurité.

Tout d'abord, je suis arrivé le premier jour à la gare et j'ai retrouvé dans le groupe des amis de l'été dernier. En arrivant à Brest, on a été répartis dans les voiliers, on s'est tous présentés et on a fait quelques jeux pour mieux se connaître. Après, on est directement rentré dans l'objectif du rallye. On a fait une sorte d'Escape Game pour finalement trouver la prochaine destination.

Chaque jour ça se passe à peu près pareil, on arrive au port dans la journée, on résout une ou plusieurs énigmes pour trouver où on va le lendemain et ensuite on profite du temps libre. Souvent dans l'après midi les animateurs organisent quelques jeux pour tous nous réunir et profiter.

Le lendemain on a été à l'Aber Ildut. Ici j'ai vraiment découvert quelque chose

que j'ai adoré, c'est le Géocaching. C'est une application qui indique des endroits où des choses sont cachées partout en France et l'objectif est d'en découvrir le plus possible. Je suis alors parti avec mes amis et Fred le directeur à la recherche de quelques caches. On a ensuite réalisé un Géocaching géant sur le sentier côtier. Toutes les équipes jouent à fond le jeu et tout le monde veut gagner, l'ambiance est vraiment sympa.

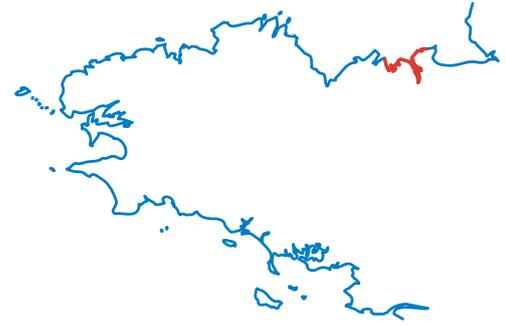
Le lendemain on devait prendre la direction de Molène mais compte tenu de la météo, on a dû retourner à Camaret. En arrivant, on s'est tous rendus sur la plage pour faire les fameuses olympiades. On était répartis par équipe de voilier et on a réalisé plusieurs défis, comme le lancer de chaussures, se passer une bille avec une cuillère à la bouche, et des jeux de précisions...

Enfin, le lendemain on est retourné à Brest. Ici on a fait un atelier « Pomme de Toulaine » et on a fini par faire une soirée crêpes tout en dansant.

Le lendemain matin on s'est tous dit au revoir. Les adieux sont toujours très difficiles, tout le monde s'attache durant cette semaine intense.

# W.E. À DINARD

du vendredi 7 juin  
au lundi 10 juin 2019



## Les escales

Dinard - La côte d'Émeraude - Fort la Latte  
- St Malo

## Les matelots (8-13 ans)

Originaires d'Île de France, des Pays de la Loire et de Bretagne, ils étaient 13 à bord :  
*Luca, Lucas, Elio, Karl, Jade, Christiane, Paul, Milan, Luka, Ilyona, Célia, Fatri et Inès.*



**3 JOURS SUR LA CÔTE D'ÉMERAUDE.** RÉSERVÉ À NOS PLUS JEUNES MARINS, CE SÉJOUR DE LA PENTECÔTE OFFRE UNE DÉCOUVERTE DE LA NAVIGATION À BORD DE 2 VOILIERS TRÈS DIFFÉRENTS, TOUT EN BÉNÉFICIANT D'UN HÉBERGEMENT 3 ÉTOILES LE SOIR, DE RETOUR À TERRE.

Accueillis par nos bénévoles le vendredi en fin de journée à Dinard, au Campus de l'Excellence Sportive en Bretagne, nos jeunes âgés de 8 à 13 ans se préparent à profiter d'un long week-end rempli de découvertes.

Au cours de ces 3 jours ils auront la chance d'embarquer à bord de 2 voiliers radicalement différents. Le samedi, ils découvriront la navigation à bord d'Ephata, le grand catamaran, moderne et rapide, de l'association "Émeraude Voile Solidaire". Dimanche, changement d'ambiance et d'époque puisque c'est la Cancalaise, un vieux-grément, qui les accueille dans une ambiance plus "boisée". Enfin, le lundi, une rapide traversée de la Rance leur permettra de partir à l'abordage des remparts de la cité corsaire voisine : St Malo !

## Le témoignage de **FATRI**, de Paris

« Je m'appelle Fatri et j'ai envie de vous raconter un peu les quelques jours que j'ai passés à Dinard grâce à l'Association A Chacun Son Cap.

Après un super voyage en train et en car pour arriver à Dinard, on a été accueillis avec gentillesse par toute l'équipe. On s'est installés ensuite dans nos chambres, des chambres immenses et très confortables, avec chacune une grande salle de bain, comme un vrai appartement ! Il ne manquait que la télévision, mais on n'en a vraiment pas eu besoin... car les animations étaient bien organisées : jeux de société et jeux de plein air, et même une "boum" le dernier soir. J'ai appris beaucoup de nouveaux jeux.

Mais surtout, on était au bord de la mer. C'est la 1ère fois que je la voyais et c'était trop beau !

J'ai adoré la 2ème journée sur le voilier "La Cancalaise". On était comme des pirates et on s'est bien amusé. On a beaucoup ri tous ensemble, même avec les marins du bateau, qui nous ont appris un peu la navigation (monter les voiles, tenir

la barre chacun notre tour).

Le 1er jour, on a navigué sur un énorme et magnifique catamaran, et ce que j'ai préféré, c'est de pouvoir passer un moment sur le filet à l'avant, au raz de l'eau .

Sur les bateaux, on a mis des vestes et des pantalons de mer, et aussi des gilets de sauvetage, comme des vrais marins !

Le dernier jour, on a visité la ville corsaire de St Malo, par petits groupes. On est monté sur un petit bateau à moteur pour y aller, mais la traversée n'a pas duré longtemps ! A St Malo, j'ai réussi à trouver un joli souvenir : une porte-monnaie avec les couleurs du drapeau breton : noir et blanc.

C'était chouette ce séjour, mais je l'ai trouvé trop court ! Je me suis fait des copines et des copains qui ont été tous sympas avec moi. Les animateurs aussi étaient très gentils et se sont beaucoup occupés de tout le monde.

A mon retour, j'étais fier de raconter mes vacances à mes parents ! J'ai fait plein de découvertes pendant ces quelques jours. J'ai trop envie de revenir en bateau avec l'Association !!! »



# 2019

## AU FIL DE L'EAU

A Chacun Son Cap, ce sont bien sûr des séjours en voiliers organisés pour des jeunes malades, mais pas que !... La vie de l'association, ce sont aussi des évènements et des rencontres tout au long de l'année, avec nos partenaires ou un public plus large.



À l'occasion de ses 30 ans et de son passage à Brest pour le lancement de l'opération "Pièces Jaunes 2019", la **Fondation des Hôpitaux de Paris - Hôpitaux de France** nous avait invités à tenir un stand dans le hall d'accueil du bâtiment 5 de l'hôpital Morvan.



L'Assemblée Générale d'À Chacun Son Cap se déroule fin mars au Yacht Club de la Rade de Brest. Cet exercice annuel permet de faire le bilan de l'année écoulée et de donner les grandes lignes de l'année à venir devant nos adhérents et partenaires présents.

Parmi eux, nous avons la chance d'avoir cette année Michel Morançais, des **Lions Clubs de Tours**, et Françoise Tillier et Monique Guéguen, respectivement présidentes de la **Fédération Leucémie Espoir** et de l'association "**Céline & Stéphane**" qui venaient nous remettre un chèque de la part de **Leucémie Espoir 56**.



Depuis bientôt 20 ans, L'association des **Chicoulets** d'Apremont (Oise) organise en décembre une foire aux santons de Provence. Pendant 2 jours, les bénévoles vendent ces figurines au profit des santonniers mais aussi pour des associations caritatives. À Chacun Son Cap est l'une d'elles.



L'association **Leucémie Espoir 49** est partenaire d'À Chacun Son Cap et finance les séjours des **jeunes adultes** suivis à Angers. Pour leur Assemblée Générale, ils nous avaient invités à venir présenter nos actions pour les jeunes en présence du Pr Mathilde Hunault, chef du service des maladies du sang.



Pour la seconde édition du **Brest Urban Trail**, le cabinet d'avocats **Chevallier & Associés**, partenaire de l'évènement, a mis à notre disposition son stand aux Ateliers des Capucins. Une belle opportunité pour faire connaître notre association auprès du public brestois. Pour l'occasion, nous avons organisé un petit atelier "pomme de Toulaine" qui a connu un joli succès.



Les élèves de l'**École Immaculée de Brest** ont offert les bénéfices de leur opération "**Bol de Riz**" à Chacun Son Cap. Pour ce faire, le prix du ticket de la cantine reste identique, mais le menu est, lui, plus modeste... C'est la différence qui est alors reversée.

Quelques jours avant ce repas frugal, un membre de l'association avait été présenter aux élèves des différentes classes nos diverses actions pour les jeunes malades.



Pour la seconde année, le **Tarot Club de Gouesnou** organisait un concours dont une partie des bénéfices a été reversée à À Chacun Son Cap. Le jour J, une quarantaine d'équipes étaient présentes au Centre Henri Queffelec, ainsi que des bénévoles de l'association pour tenir la buvette et expliquer nos actions.



La course "**La Trévousienne**" est organisée par l'école Saint Michel de Trévou-Tréguignec dans les Côtes d'Armor. Sur proposition de Nathalie et Arnaud, les bénéfices de cette édition 2019 revenaient à A Chacun Son Cap !

Merci aux organisateurs, aux coureurs et à Christel, Gwen et Odette qui se sont occupées de notre stand sur place.

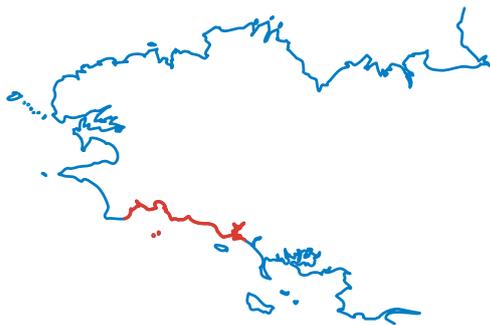


À Chacun Son Cap a eu la chance d'être choisie par l'équipe de **Cun Espoir**, ainsi que Les P'tits Doudous du CHU de Rennes et La Cordée Bretonne, comme bénéficiaires du grand week-end sportif et caritatif qu'elle organisait à Ploërmel au profit des enfants atteints de cancer.

Pour l'occasion, 4 membres d'ACSC sont venus aider les nombreux bénévoles mobilisés sur place. Nos Brestois sont revenus enchantés par cette belle rencontre.

# ÉTÉ - SEMAINE 1

du dimanche 7 juillet  
au samedi 13 juillet 2019



## Les escales

Bénodet - Sainte Marine - Port La Forêt -  
Les Glénan - Concarneau - Locmiquélic -  
Larmor-Plage

## Les matelots (10-17 ans)

Originaires de Brest, Rennes, Angers, Tours,  
et Limoges, ils étaient 15 à bord :

*Marion, Matéo, Emma, Paulély, Téo, Loreen,  
Estelle, Anaïs, Lucas, Kawthar, Ilyona,  
Jahyem, Emmeline, Mathias et Franck.*



## PREMIÈRE CROISIÈRE ESTIVALE AU DÉPART DU PORT DE BÉNODET, NOS 4 VOILIERS, WINDARINA, FRISCO, ANTIPAXOS ET TACOMA ACCUEILLENT À LEUR BORD DES JEUNES DU GRAND OUEST POUR UNE SEMAINE DE NAVIGATION ENTRE LE FINISTÈRE ET LE MORBIHAN.

La météo est au beau fixe, avec juste ce qu'il faut de vent. Les escales s'enchaînent donc comme prévues entre les ports du sud Finistère et la rade de Lorient. Pour la dernière soirée de la croisière, les membres de la Société Nautique de Larmor-Plage nous accueillent dans ses magnifiques locaux face à la citadelle de Port-Louis. Nous aurons l'immense joie d'y accueillir et d'officialiser nos nouveaux parrain et marraine : Ian Lipinski et Anne Liardet.

## Le témoignage d'ESTELLE, d'Angers

« Grande date, dimanche 7 juillet 2019, nous prenions le car à Angers direction la Bretagne. J'étais stressée par peur qu'il n'y ait que des enfants et aucun adolescent de mon âge. Le trajet fut agréable, les adultes qui accompagnaient étaient sympas, nous commençons tous à faire connaissance.

Arrivés à Bénodet, l'équipe d'A Chacun Son Cap s'est présentée et nous avons été répartis sur les voiliers, essentiellement par âge : 3 ou 4 enfants avec 4 adultes dont un animateur BAFA et un Skipper. Un médecin et deux infirmiers se trouvaient aussi parmi nous si besoin. Nous nous sommes installés, avons parlé des règles de sécurité à bord du voilier, et avons pris le large jusqu'à Sainte Marine.

A notre arrivée, temps libre, nous pouvions aller voir les autres voiliers, faire des jeux, ou se reposer.

Au moment du dîner nous choisissions ensemble le repas à bord, puis après tous les voiliers se réunissaient pour faire un jeu ou échanger entre nous. Le soir retour au bateau, au calme, mais nous n'avions pas vraiment de couvre-feu et ça c'était chouette !!

Et voilà comment a commencé ce rêve.

Suite du programme, navigation entre Port La Forêt et les Glénan, une île magnifique, où en chemin nous avons admiré les

dauphins à proximité de notre bateau. Au programme balade, baignade, jeux et le soir nous avons fait une veillée barbecue et chanté avec la guitare.

Puis direction Concarneau, nous participons à une chasse aux trésors et shopping au programme.

Avant dernière escale, Locmiquélic, c'était notre plus longue journée de bateau, nous avons fait un concours de gâteau à l'arrivée. Notre voyage arrive à la fin, direction Larmor plage avec une soirée où un crêpier cuisinait. Nous mangions tous ensemble et place à la musique dans une salle et nous pouvions danser, le cœur gros du départ proche !

Merci à l'association A Chacun Son Cap, de nous permettre de ne plus se sentir seul, de nous donner l'opportunité d'échanger sur nos vécus, de nous permettre une nouvelle aventure et d'apprendre à naviguer.

Merci pour la bonne humeur quotidienne, la joie, et les beaux souvenirs vécus qui redonnent l'envie de vivre et surtout de se sentir vivant...

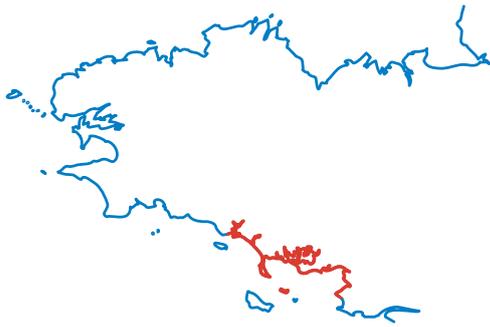
Merci à l'association, aux personnels, aux financeurs, d'organiser ces séjours pour nous, enfants malades.

Mon souhait le plus cher : guérir et devenir BAFA, pour redonner tout le bonheur que l'on m'a donné. Encore MERCI et que l'expérience dure ! »



# ÉTÉ - SEMAINE 2

du dimanche 14 juillet  
au samedi 20 juillet 2019



## Les escales

Larmor-Plage - Port-Haliguen - Houat -  
Piriac /s Mer - Île aux Moines - La Trinité /s  
Mer

## Les matelots (10-17 ans)

Originaires de Brest, Rennes, St Étienne,  
Lyon, Grenoble et Clermont-Ferrand, ils  
étaient 17 à bord :

*Louise, Julien, Fanny, Mathéo, Sandra, Naïm,  
Cloé, Mahira, Céline, Safia, Lizzie, Antoine,  
Louise, Malcom, Noé, Leïla et Léa.*



**LE MORBIHAN, ENTRE ÎLES ET CONTINENT** LA FLOTTILLE D'À CHACUN SON  
CAP TRACE SON SILLAGE DE LARMOR-PLAGE À LA TRINITÉ-SUR-MER, AVEC UN GROUPE DE JEUNES  
MATELOTS PRINCIPALEMENT ORIGINAIRES DE LA RÉGION AUVERGNE-RHÔNE-ALPES.

Ils sont une petite quinzaine à s'être ralliés au joli couvre-chef de Josette en gare de Lyon. Quelques heures plus tard, ils sont rejoints sur les pontons de Kernével par 3 stagiaires bretons. Le groupe est alors constitué, mais un peu tard pour envisager une navigation dans la foulée... Ça tombe bien, c'est l'heure de passer à table ! ;)

Dès lundi, les choses sérieuses commencent puisqu'une bonne navigation attend nos matelots : cap sur la presqu'île de Quiberon ! Le lendemain, ils goûteront aux joies insulaires en jetant l'ancre au sud de Houat et en posant les pieds sur le sable pour un après-midi ponctué de baignades. L'expérience sera renouvelée, pour la joie de tous 2 jours plus tard, à l'Île aux Moines, dans le Golfe du Morbihan.

## Le témoignage de **NOÉ**, de Clermont-Ferrand

« L'aventure a commencé à la gare de Lyon, Josette nous attendait avec son chapeau -phare. Je retrouvais les autres stagiaires qui allaient devenir mes amis. Et voilà que je traversais la moitié de la France en TGV, j'adorais regarder défiler les paysages par la fenêtre, je sentais déjà le goût de la liberté...

Arrivé devant les voiliers, je les trouvais majestueux et j'adorais l'odeur de l'océan. La découverte des cabines avec nos équipages était super et dès le premier soir avec l'apéro et la bonne ambiance, je sentais que j'allais passer une super semaine. Dormir la nuit en tangage, bercé par l'Océan, et se réveiller pour prendre le petit déjeuner sur le pont, déjà c'était du bonheur... mais en plus quitter les côtes, partir au large et mettre le cap tous les soirs sur un nouveau port, c'était une vraie aventure...

Le meilleur souvenir de navigation est de prendre la barre avec mon skipper Camille. Je ressentais toute la puissance du bateau et l'importance de comprendre les vents pour garder son cap.

Tout le monde s'entendait bien, on a fait le concours du meilleur gâteau entre les quatre équipages et on s'est bien régalé.

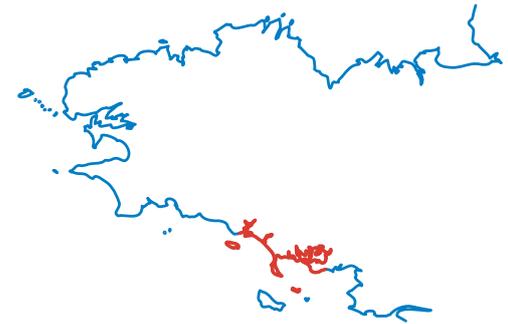
On rigolait souvent et en plus dans des beaux paysages. Un soir, nous avons fait escale à l'Île aux Moines avec un superbe coucher de soleil, on avait l'impression d'être à l'autre bout du monde, loin de tous les problèmes.

Tout était bien organisé pour que nous soyons bien et le top était ce dernier soir avec la boom et la partie crêpes à la Trinité sur Mer. La bonne humeur était au rendez-vous, tout le monde dansait et on profitait du moment présent. Mais en fin de soirée, il a fallu dire au revoir aux skippers, aller passer la dernière nuit dans le bateau sans Leïla qui a dû partir à l'hôpital.

Le lendemain, nous avons pris le TGV de retour, bien dégoûtés de nous séparer à la gare de Lyon, mais très heureux de cette belle aventure et d'avoir rencontré de nouveaux amis.

Un beau souvenir pour toute ma vie ! »





### Les escales

La Trinité-sur-Mer - Le Crouesty - Île de Houat - Piriac - Port-Haliguen - Groix - Larmor-Plage.

### Les matelots (10-17 ans)

Originaires de Brest, Rennes, Tours, Strasbourg, Nancy et Caen, ils étaient 18 à bord :

*Charlotte, Kilian, Violette, Clara, Noam, Théo, Ély, Baptiste, Maxence, Terrance, Lucas, Bryan, Sohane, Maïssame, Robin, Chaïma, Louna et Lucas.*

## **SOUS LE SOLEIL EXACTEMENT À L'ORÉE D'UNE TROISIÈME SEMAINE DE CROISIÈRE, UNE MÉTÉO FRANCHEMENT ESTIVALE S'ÉVERTUE À FAIRE MENTIR TOUTS LES PONCIFS SUR LA BRETAGNE... POUR LE PLUS GRAND BONHEUR DE NOS MOUSSAILLONS (ET DE LEURS ACCOMPAGNATEURS) ÉVIDEMMENT !**

C'est un groupe au grand complet, en provenance d'Alsace, de Lorraine, de Touraine, de Normandie et de Bretagne qui monte à bord de notre armada amarrée dans le port de la Trinité-sur-Mer. Entourés de voisins prestigieux habitués de la course au large, chacun trouve rapidement ses marques sur le voilier qui lui servira de logis pour toute la semaine.

Le séjour débute par un petit briefing où tous les équipiers se présentent et où sont redonnées les principales consignes de sécurité. Ensuite, une "tenue de marin" constituée d'une veste et d'une salopette imperméables, d'un gilet de sauvetage et d'une casquette est distribuée à chaque stagiaire. Pour les raisons météorologiques évoquées ici, il n'y a guère que la casquette et le gilet de sauvetage qui sortiront du placard cette semaine... ;)

Cette fois-ci, nos jeunes largueront les amarres dès le premier jour, pour une petite navigation vers le Crouesty. Coté "îles", ils pourront fouler Houat et Groix, avant de conclure cette belle semaine à Larmor-Plage, en rade de Lorient.

## Le témoignage de **CLARA**, de Rennes

“ Le 21 juillet 2019 j'ai pris le car, une grande aventure commença pour moi. J'avais un peu peur car je ne connaissais personne mais j'ai vite fait connaissance avec les personnes de ma croisière.

Le car nous a déposés à La Trinité sur Mer, lieu de départ de la croisière. Nous avons été répartis sur 4 voiliers. Dans chaque voilier il y avait 4 ou 5 enfants, 1 ou 2 animateurs, 1 médecin ou une infirmière et un skipper. Tous les encadrants étaient très sympas avec nous.

Départ pour le Crouesty, cette traversée nous a permis d'apprendre le vocabulaire maritime et de mieux connaître l'équipage.

Le lundi nous avons navigué vers l'île d'Houat. Comme il n'y a pas de port nous étions au mouillage. Pour rejoindre l'île il fallait donc prendre un petit bateau à moteur. L'après-midi à Houat nous avons fait des baignades, des jeux collectifs, nous nous sommes même promenés pour découvrir l'île.

Le mardi matin, nous sommes

retournés sur l'île puis nous sommes allés à Piriac. Nous avons fait des jeux et après on nous a offert des glaces. Elles étaient délicieuses !

Le lendemain nous avons acheté les souvenirs. Après nous sommes partis pour Port Haliguen. Nous avons fait un concours de gâteaux car il y avait un anniversaire.

Jeudi nous avons rejoint l'île de Groix. Ce soir-là nous avons mangé des moules, elles étaient excellentes ! On a fait plein de petits jeux.

Vendredi, go pour Larmor-Plage ! Nous sommes allés à un endroit où il y avait de l'herbe pour faire des jeux pendant ce temps-là les skippers nettoyaient les bateaux. Le soir on a mangé des galettes et des crêpes puis on a fait une boum. On s'est bien amusés !

J'ai passé une super méga semaine avec À Chacun Son Cap, merci beaucoup ! ”



## ÉTÉ - SEMAINE 4

du dimanche 28 juillet  
au samedi 3 août 2019



### Les escales

Larmor-Plage - Port-Louis - Concarneau -  
Les Glénan - Bénodet.

### Les matelots (10-17 ans)

Originaires de Rennes, Reims et d'Île de  
France, ils étaient 15 à bord :

*Laura, Émilie, Quentin, Benjamin,  
Anaïs, Marie, Florian, Lara, Louis, Esteyl,  
Constance, Rosy, Hawa, Alexandra et Ilhane.*



## **FAUX DÉPART** ÇA NE POUVAIT PAS DURER, FORCÉMENT, EN CE DÉBUT DE QUATRIÈME SEMAINE, UN JOLI SYSTÈME DÉPRESSIONNAIRE POINTE LE BOUT DE SON NEZ...

Dimanche, les mauvaises perspectives météo ne nous empêchent pas d'accueillir le groupe sous un franc soleil et de tirer nos premiers bords entre Larmor-Plage et Port-Louis. Lundi matin, le ciel se couvre mais ça reste "praticable". Avant le Bulletin Météo Spécial de midi qui va nous bloquer pour 2 jours, on s'offre un petit tour entre Lorient et Groix. Ça commence quand même à décoiffer... De retour à Port-Louis, on souque les amarres jusqu'à mercredi !

Dans l'après-midi, le vent monte franchement, mais il fait beau. C'est perturbant. Nos jeunes en profitent pour aller se promener vers la Citadelle. La mairie de Port-Louis nous met une salle à disposition dans laquelle nos animateurs proposeront des jeux avant et après le dîner. Mardi matin, c'est la capitainerie de Port-Louis qui nous prête sa salle de réunion, à l'étage, avec vue panoramique sur la rade. L'atelier matelotage, avec confection de pommes de toulaine et de bracelets, rencontre un franc succès, dans un calme qui contraste avec les bourrasques de l'extérieur. L'après-midi, le groupe prend le batobus pour aller visiter la Cité de la Voile ! Petit rattrapage théorique et historique de 2 journées de voile "off"... ;)

Mercredi comme prévu le vent est tombé et on peut de nouveau prendre le large. Ouf ! Direction Concarneau, puis les Glénan jeudi pour une bonne baignade suivie de la soirée barbecue au Relais Sextant. Vendredi, c'est la dernière navigation vers Bénodet. Nos jeunes profitent d'une dernière séance de baignade et de la soirée crêpes organisée par l'association ESCAPE. Le contretemps du début de semaine n'aura pas nui à la bonne ambiance du séjour, loin de là !



## Le témoignage de **LARA**, de Paris

« Bonjour, je m'appelle Lara et j'ai participé à la croisière avec A CHACUN SON CAP du 28 juillet au 3 août 2019.

Au début, quand nous sommes arrivés à Larmor-Plage il y avait 4 voiliers. Nous étions 4 enfants et 4 adultes dans chaque voilier.

Le lundi 29 et le mardi 30, nous sommes restés à Port-Louis à cause du mauvais temps et du vent.

Ensuite, le mercredi 31, nous sommes allés à Concarneau. Nous avons visité la ville et nous avons acheté des souvenirs.

Le jeudi 1<sup>er</sup> août, nous avons navigué vers les Glénan.

Enfin le vendredi 2 c'était le dernier jour.

Tous les jours que nous avons passés là-bas, nous avons joué ensemble à des

jeux très amusants, nous avons mangé ensemble, et nous avons appris des choses comme faire des bracelets et des porte-clés avec du fil de marin.

Le plus important que nous avons appris pendant la navigation est d'aider à régler et à changer la direction des voiles et cela demande de la force. J'étais vraiment contente quand j'ai pu conduire le voilier quelques minutes.

Nous avons aussi vu des dauphins lorsque nous naviguions.

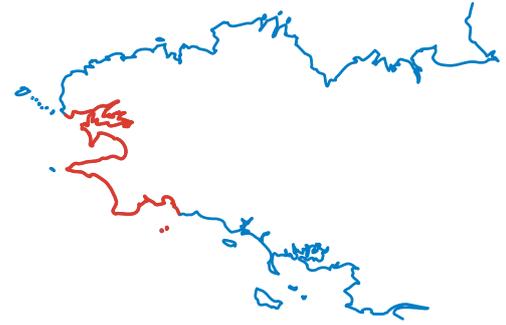
Nous avons eu un peu le mal de mer, mais toutes les circonstances difficiles et aussi les beaux moments ont favorisé le bonheur et l'amour entre nous.

Je n'oublierai jamais cette croisière, c'était une très belle expérience avec des gens merveilleux. »



# JEUNES ADULTES

du dimanche 4 août  
au samedi 10 août 2019



## Les escales

Bénodet - Concarneau - Les Glénan -  
Léchiagat - Morgat - Camaret - Brest.

## Les matelots (18-25 ans)

Originaires de Rennes, Angers, Tours,  
Clermont-Ferrand et d'Île de France, ils  
étaient 13 à bord :

*Franck, Marriah-Goretti, Diane, Kathleen,  
Sarah, Yoann, Oriane, Justine, Espérance,  
Carmen-Cristina, Zohra, Anas-Walid et  
Corentin.*



**CAP SUR BREST** À NOS STAGIAIRES LES PLUS ÂGÉS NOUS ACCORDONS LE PRIVILÈGE DE RAMENER LES BATEAUX À LA "MAISON". À EUX LA NAVIGATION AU LARGE DE LA POINTE DE PENMARCH, LE FRANCHISSEMENT DU RAZ-DE-SEIN ET UN PASSAGE AU MILIEU DES FAMEUX "TAS DE POIS" !

Depuis 2009, A Chacun Son Cap propose une semaine de voile réservée à des jeunes adultes de 18 à 25 ans. Ils sont répartis sur nos 4 voiliers à raison de 4 à 5 jeunes par bord. Pour les accompagner au quotidien, 12 adultes disponibles et à leur écoute : 1 skipper professionnel sur chaque bateau, secondé par un intendant et du personnel médical (médecin et infirmier(e)s)

Lors de cette croisière, étudiants ou jeunes actifs se retrouvent ainsi pour échanger et profiter d'une belle parenthèse au cœur de l'été.

Si la météo le permet, une navigation quotidienne de 2 à 6h les mène de port en port. Ils découvrent ainsi la vie à bord en équipage pendant les navigations en flottille groupée et, lors des escales à terre, tout le groupe se retrouve. Lors de ces escales, les équipages profitent de la terre ferme pour découvrir les lieux et des activités locales, se détendre à la plage et se baigner.

Depuis de nombreuses années, l'escale de Léchiagat nous permet de rencontrer les bénévoles de l'association "Céline et Stéphane" qui mettent les petits plats dans les grands pour l'occasion. Au programme, visite de la criée et soirée "Langoustines" qui permettent de faire le plein de belles rencontres et de bien bons souvenirs !



## Le témoignage de **JUSTINE**, de Paris

« J'ai vraiment adoré mon séjour avec l'association « A chacun son cap ». Naviguer sur un voilier et y vivre pendant une semaine était une première pour moi et c'était extraordinaire.

On s'est tous bien entendus dès le début, entourés d'une équipe en or. J'ai adoré tenir la barre, ce sentiment de liberté au milieu de l'océan. Arriver tous les soirs sur un port différent avec un paysage magnifique à chaque fois était vraiment magique. Souvent en navigation le voilier se penchait mais, n'ayant pas le mal de mer, moi j'adorais ça. Par contre une fois arrivée sur terre j'avais le mal de terre. C'était un peu bizarre.

En pleine navigation, nous avons eu la chance de croiser plusieurs dauphins c'était magnifique. Le premier jour nous sommes allés à « Concarneau », on s'est baladé sur les remparts et nous avons fait le tour des

petites ruelles. J'ai adoré aussi quand nous sommes arrivés sur l'île des Glénan où nous nous sommes baignés. On a fait un barbecue et grillé des chamallows, puis on a chanté tous ensemble, il y avait une superbe ambiance.

En arrivant à « Morgat » nous avons fait un peu de yoga sur la plage, un peu dur mais ça fait du bien surtout avec un tel environnement.

J'ai beaucoup aimé aussi l'accueil exceptionnel de l'association « Leucémie Espoir » à Léchiagat. Il y avait des musiciens bretons et beaucoup de joie. Ils nous avaient même préparé des langoustines et des « Kouigns » en dessert.

Mais ce que j'ai aimé par-dessus tout reste la navigation : partir d'une ville à une autre par la mer est vraiment une expérience unique et extraordinaire, je n'oublierai jamais ce séjour et rêve même d'y retourner ! »



# 2019

## AU FIL DE L'EAU

A Chacun Son Cap, ce sont bien sûr des séjours en voiliers organisés pour des jeunes malades, mais pas que !... La vie de l'association, ce sont aussi des événements et des rencontres tout au long de l'année, avec nos partenaires ou un public plus large.



Pendant une journée d'information tout public sur le cancer, "Les printemps de la cancérologie", A Chacun Son Cap a été invitée à tenir un stand au Quartz à Brest.

Ce fut l'occasion de parler de nos actions et de retrouver, entre autres, les "collègues" de Leucémie Espoir, des Marchands de Sable ou de la Ligue contre le Cancer.



Suite à leur rassemblement de juin dernier qui a accueilli 200 propriétaires de "bolides" à St Renan (29), Christophe, Alain et Damien de RS GT Motorsport sont venus au local d'ACSC nous remettre leur don.

Un grand merci aux bénévoles de l'association qui préparent ce rassemblement, aux "exposants" et au public plus nombreux chaque année !



Suite à un vote des collaborateurs de la société SEIMI (basée à Brest), en présence de son directeur Philippe Gérard, A Chacun Son Cap a reçu un chèque des mains d'Audrey Abiliou. Elle avait découvert notre association pendant l'opération des "papiers cadeaux" de Noël 2018 au magasin Boulanger.



Pour la seconde année, la conserverie **Pointe de Penmarc'h** a lancé en juin dernier une vente de produits au profit d'A Chacun Son Cap. Pour tout achat d'une composition particulière, elle nous reverse la somme de 2€.

En ce début octobre, nos bénévoles (accompagnés par notre marraine Anne Liardet) étaient heureux de recevoir un joli chèque dans leur magasin de Douarnenez, "La maison de la sardine".



Au lycée de l'**Hyrôme** à Chemillé (49), une trentaine de délégués de classe sont élus chaque année. Afin de les accompagner dans leur nouvelle fonction, 2 professeurs de l'établissement, Fabrice et Béatrice, leur organisent une journée spéciale sur un thème choisi. Pour participer à une réflexion autour de l'engagement et l'acceptation de la différence, A Chacun Son Cap était invitée à présenter son action. Ce fut une très belle rencontre avec de beaux échanges. Merci pour votre accueil et votre écoute !



Depuis 16 ans, trois **Lions clubs** tourangeaux (Tours - Jardin de la France, Tours - Rives du Cher et Joué les Tours - Vallée du Lys) financent les croisières des enfants suivis à l'hôpital Clocheville grâce à leur opération "Des tulipes contre le Cancer". 130 000 bulbes plantés et presque autant de tulipes récoltées, et des milliers d'heures de bénévolat pour rendre le sourire aux enfants, bravo !



C'était la troisième fois que la troupe amateur de Plouzané "**Théâtre sur Cour**" jouait au profit de notre association.

Toujours avec le soutien de la municipalité de Gouesnou, ils ont monté leurs décors au Centre Henri Queffelec pour une représentation dominicale de "Ginette présidente !", mise en scène par Jean-Luc Abarnou.

Pour couronner le tout, le public a répondu présent et la troupe a joué avec beaucoup de plaisir devant 160 spectateurs !



L'Union Sportive Vern Athlétisme organise "Les Vernaises Nature" sur un week-end de décembre. Plusieurs courses sont au programme, dont une nocturne, et cette année 1€ par dossard adulte nous était reversé. En voisin, Aurélien est monté sur le podium dimanche pour remercier organisateurs et concurrents !



Trois actions au profit d'A Chacun au cours de ce Noël 2019 : la présence de nos bénévoles tout le mois de décembre pour les emballages de cadeaux au **magasin Boulanger** du Frouven à Brest, une opération identique, Galerie Jaurès, grâce aux étudiants de l'association **ADELISSE** et une urne mise à disposition du public devant le village provençal miniature réalisé par Francis Coadau dans la chapelle Saint Piric, avec le soutien de la municipalité de **Plouguin**. Merci à tous !



## PARRAIN & MARRAINE

Coureurs au large tous les deux, **Anne Liardet** et **Ian Lipinski** sont aussi skippers pendant les croisières d'À Chacun Son Cap. Convaincus de l'intérêt de nos séjours pour les jeunes que nous accueillons, ils ont très naturellement répondu oui à notre proposition de parrainage.

Nous avons donc profité d'une de nos soirées crêpes organisée cet été à la Société Nautique de Larmor-Plage (SNL) pour officialiser la chose.

Nous sommes heureux et honorés de les avoir à nos côtés !

## PARTENAIRES FINANCIERS



## DONATEURS EN NATURE

Aux côtés de nos partenaires financiers, un grand nombre de sociétés, d'associations ou de municipalités nous apportent une aide importante sous forme de dons ou de services.

En nous offrant des frais d'escale, des denrées alimentaires, des solutions de transports, des services... ces donateurs participent concrètement au succès de nos séjours.

Nous sommes heureux de les remercier ici !

SAVÉOL LE SAINT LMC'NET GRÉPERIE DE COATAUDON GROIX & NATURE  
 ASSOCIATION E.S.C.A.P.E. MAGASIN BOULANGER BREST YACHT CLUB DE LA RADE DE BREST  
 SOCIÉTÉ NAUTIQUE DE LARMOR-PLAGE ASSOCIATION TRAIT D'UNION JÉRÔME WIPF  
 YACHT CLUB DE L'ODET ÉMERAUDE VOILE SOLIDAIRE RELAIS SEXTANT THÉÂTRE SUR COUR  
 MUNICIPALITÉ DE GOUESNOU PAROLES DE PAIN

LES PORTS & MUNICIPALITÉS DE : BREST CAMARET MOLÈNE (ET SON COMITÉ DES FÊTES) LANILDUT  
 MORGAT TRÉFFIAGAT LÉCHIAGAT LESCONIL BÉNODET SAINTE MARINE FOUESNANT,  
 CONCARNEAU GROIX LA TRINITÉ SUR MER PIRIAC SUR MER LA SODEFI ET PORT LA FORÊT  
 LA SELLOR ET LES PORTS DE KERNÉVEL, LA BSM ET PORT-LOUIS,  
 LA COMPAGNIE DES PORTS DU MORBIHAN ET LES PORTS DE LOGMIQUÉLIC, PORT-HALIGUEN,  
 LA TRINITÉ SUR MER, LE GROESTY, L'ÎLE AUX MOINES.

## À BABORD

### Un nouveau site

Il avait été annoncé l'année dernière, mais le fait est que son développement a pris un peu de retard... Cette fois-ci c'est la bonne, notre nouveau site internet arrive ! C'est du "fait maison", avec nos petites mains. Il arbore un nouveau look, plus clair, et désormais adapté à tous les supports usuels de navigation (ordinateur, tablette ou smartphone). Il sera aussi plus simple de le faire vivre ou d'enrichir son contenu. On espère qu'il vous plaira à vous aussi ! Si vous nous suivez sur nos "réseaux sociaux", nous y annoncerons la mise en ligne !

## VOUS POUVEZ NOUS SOUTENIR !

Vous avez la possibilité d'aider l'association en faisant un don ou en adhérant en qualité de :

- Membre adhérent : 25 €
- Membre de soutien : supérieur à 25 €
- Membre donateur : supérieur à 50 €

Vous avez maintenant la possibilité d'effectuer cette adhésion, ou ce don, en ligne et de façon sécurisée, sur le site de l'association :

[WWW.ACHACUNSONCAP.COM](http://WWW.ACHACUNSONCAP.COM)

Sur cette même page, si vous le préférez, vous pourrez aussi éditer un formulaire pour une adhésion avec un règlement par chèque.

Tout versement fera l'objet d'un reçu pour votre déduction d'impôts, conformément aux conditions fixées par le Code général des Impôts.

## À TRIBORD

### Un nouveau séjour en 2020

Nous avons été contactés par le président 2019/2020 du Rotary club de St Briec Grand Large. Désireux de proposer un séjour voile aux enfants hospitalisés à Saint Briec, il nous a demandé de nous associer à son projet. Après réflexions et prises de contact avec l'hôpital et un loueur de voiliers, nous avons donc dit oui pour une croisière de 4 jours pendant le week-end de l'Ascension. Rendez-vous est donc donné le jeudi 21 mai au port de plaisance de St-Quay-Portrieux. C'est parti pour une nouvelle aventure ! :-)