



FRUGALITÉ
HEUREUSE
& CRÉATIVE

PROGRAMME

2^e RENCONTRES

LA FRUGALITÉ HEUREUSE & CREATIVE

ARCHITECTURE ET AMENAGEMENT
DES TERRITOIRES URBAINS ET RURAUX

**VENDREDI 29, SAMEDI 30 NOVEMBRE
& DIMANCHE 1^{er} DÉCEMBRE 2019**

GUIPEL – HÉDÉ-BAZOUGES – LANGOUËT (35)

Avec la participation active du BRUDED et avec le soutien du PUCA

PUCA
plan
urbanisme
construction
architecture

VENDREDI 29 NOVEMBRE (après-midi) **→ VISITES À GUIPEL, HÉDÉ-BAZOUGES ET LANGOUËT**

3 PARCOURS AU CHOIX

PARCOURS N°1 : visite des communes de Langouët et Hédé-Bazouges

PARCOURS N° 2 : visite des communes de Hédé-Bazouges et Guipel

PARCOURS N° 3 : visite des communes de Guipel et Langouët

HORAIRES

→ **13H45** – départ en navette/bus de la Gare SNCF de Rennes

Ou Rendez-vous directement aux points de rendez-vous des visites à 14h30

→ **14H30-18H30** – 3 parcours proposés (choix à effectuer lors de l'inscription) :

PARCOURS N°1 : visite des communes de Langouët et Hédé-Bazouges

- Visite de Langouët (14h30-16h00) : accueil à la mairie de Langouët

- Visite de Hédé-Bazouges (16h30- 18h00) : accueil à la mairie de Hédé-Bazouges

PARCOURS N° 2 : visite des communes de Hédé-Bazouges et Guipel

- Visite de Hédé-Bazouges (14h30-16h00) : accueil à la mairie de Hédé-Bazouges

- Visite de Guipel (16h30-18h00) : accueil à la salle des loisirs de Guipel

PARCOURS N° 3 : visite des communes de Guipel et Langouët

- Visite de Guipel (14h30-16h00) : accueil à la salle des loisirs de Guipel ;

- Visite de Langouët (16h30-18h00) : accueil à la mairie de Langouët

→ **18H30** – Fin des visites - Retour en bus vers Guipel (salle des loisirs)

Ou Rendez-vous directement à la salle des loisirs pour ceux ayant visité Guipel en dernier.

AU PROGRAMME DES VISITES

VISITE N°1 : COMMUNE DE GUIPEL

- L'espace jeux « fait maison » des Pontènes
- La vallée verte gérée en éco-pâturage
- L'aménagement de la rue de Rennes
- Le projet de transformation du presbytère en tiers-lieu

VISITE N°2 : COMMUNE DE HÉDÉ-BAZOUGES

- L'aménagement « fait maison » du centre-bourg de Hédé-Bazouges
- Projet de médiathèque dans une ancienne grange en pierre à l'arrière de la mairie
- L'espace jeux en saule tressé
- L'éco-lotissement de Bazouges

VISITE N°3 : COMMUNE DE LANGOUËT

- Le terrain de football transformé en terrain de permaculture
- L'éco-lotissement de la Prairie Madame
- Le projet de rénovation d'une longère en habitation individuelle
- L'auto-consommation collective d'énergie renouvelable

VENDREDI 29 NOVEMBRE (soirée)
→ **PIQUE-NIQUE DES TERROIRS** Salle des loisirs De Guipel
Rue du Stade – 35440 Guipel

- **19H00** Dîner - Pique-nique des Terroirs - Soirée à Guipel
Principe de la soirée : chacun amène des spécialités de sa région d'origine
(salées, sucrées et boissons)
- **22H30** – Retour en bus vers Gare SNCF de Rennes (30 minutes de trajet)



APRÈS AVOIR PRIS CONNAISSANCE DU **PROGRAMME**,
DES OPTIONS DE VISITE ET DES **MOYENS DE DÉPLACEMENT**
ET D'**HÉBERGEMENT**, VOUS POUVEZ VOUS **INSCRIRE** POUR LA
RENCONTRE DE LENS-LOOS EN GOHELLE PAR LE LIEN CI-DESSOUS»

→ **INSCRIPTION**

Cliquez sur ce lien

SAMEDI 30 NOVEMBRE
Salle des loisirs De Guipel
Rue du Stade – 35440 Guipel

- **8H15** – départ en navette/bus de la Gare SNCF de Rennes
Ou Rendez-vous directement à la salle des loisirs de Guipel à 9h00
- **9H00** – Accueil café - Ouverture par les acteurs locaux
- **9H30** – Introduction par les rédacteurs du manifeste : rappel des objectifs du Manifeste, présentation de la journée et des thématiques qui seront abordées.
- **9H40** – Mots des maires accueillants : Christian ROGER, Jean-Christophe BÉNIS et Daniel CUEFF et mot de la co-présidente de BRUDED : Valérie Poilâne-Tabart.
- **10H00** – Présentation des activités des groupes locaux de la Frugalité Heureuse et Créative :
 - 15 minutes par groupe (5 minutes de présentation des activités, 10 minutes sur un exemple de réalisation frugale répondant aux thèmes du débat)
- **13H00** – Déjeuner bio et local sur place (inclus dans les frais d'inscription)
- **14H30** – Débat sur les thèmes en assemblée plénière
FAUT-IL ENCORE CONSTRUIRE ?
QUID DE L'ARTIFICIALISATION DES SOLS ?
- **16H30-17H00** – Pause
- **17H00** – Débat sur les actions à mettre en place
- **19H00** – Dîner – Soirée à Guipel
- **22H30** – Retour en bus vers Gare SNCF de Rennes (30 minutes de trajet)

DIMANCHE 1^{ER} DÉCEMBRE
Salle des loisirs De Guipel
Rue du Stade – 35440 Guipel

- **8H15** – départ en navette/bus de la Gare SNCF de Rennes
Ou Rendez-vous directement à la salle des loisirs de Guipel à 9h00
- **9H00** – Accueil café - Ouverture par les acteurs locaux
- **9H30** – Workshop « Toucher à la matière » - Comment appliquer la frugalité dans des projets de réhabilitation de bâtis en centre-bourg ? Travail en petits groupes sur le projet de transformation du presbytère en tiers-lieu à Guipel.
- **11H30** – Synthèse des groupes
- **12H30-13H00** – Fin de la matinée, départ des bus vers la Gare SNCF de Rennes (trajet de 30 minutes)

MODALITÉS PRATIQUES POUR VOTRE VENUE ET VOTRE SEJOUR

VOTRE LOGEMENT

→ DANS LA REGION DE GUIPEL

Vous trouverez sur Guipel et ses alentours, une offre hôtelière, des gîtes et chambres d'hôtes : Toute l'offre est sur <https://www.tourismebretagne.com/>

→ À RENNES

A 30 minutes de Guipel, Rennes offre une grande variété de logements :

Toute l'offre est sur <https://destination-rennes.fr>

VOTRE MODE DE TRANSPORT POUR VENIR

→ EN TRAIN

Rennes se situe à 1h26 de TGV de Paris.

DES NAVETTES SERONT MISES EN PLACE POUR VOUS ACCUEILLIR À LA GARE SNCF DE RENNES ET VOUS ENMENER SUR LES LIEUX DE VISITE PENDANT TOUTE LA DURÉE DU SÉJOUR

→ EN CO-VOITURAGE : Pour Rennes et Guipel

<https://www.togetzer.com/covoiturage-evenement/9iy3do>

N'hésitez pas à proposer vos trajets et à consulter régulièrement la plateforme.

→ **POUR LES VISITES** : Si vous arrivez en train à Rennes, le vendredi avant 13h45, un bus vous emmènera sur les lieux de visite (selon vos 2 choix de visite lors de l'inscription)

→ POUR VOTRE RETOUR DU VENDREDI SOIR ET DU SAMEDI SOIR

Si vous venez de/êtes logés à Rennes, une navette vous ramènera depuis Guipel jusqu'à Rennes en fin de soirée (départ : 22h30)

→ POUR VOTRE VENUE LE SAMEDI ET/OU LE DIMANCHE

Si vous venez de/êtes logés à Rennes, une navette en bus vous emmènera de Rennes à Guipel (départs 8h15 depuis la Gare SNCF de Rennes)

PARTICIPATION AUX FRAIS

→ Pour les journées du vendredi 29 et samedi 30 novembre incluant le déjeuner du samedi midi, le repas du samedi soir et les navettes en bus :

- À titre professionnel : 120€/ personne

- À titre individuel : 80€/ personne

- Tarif étudiant : 30€/ personne

Option supplémentaire : Workshop « Toucher à la matière » le dimanche 1er déc. : 10€/ pers. La participation aux rencontres est valorisable au titre de la formation professionnelle.

ET SI VOUS SOUHAITEZ SOUTENIR L'ACTION DU MANIFESTE, RAJOUTEZ UN DON

ET SI VOUS VOULEZ ÊTRE ACTEUR DE LA FRUGALITE,
ADHEREZ A L'ASSOCIATION FRUGALITE HEUREUSE

contact@frugalite.org

HORAIRES DES TRAINS POUR RENNES

Le VENDREDI 29 novembre 2019 (arrivées)
départ de la navette à 13h45 à la Gare SNCF de Rennes

TGV PARIS→RENNES

Départ Paris / 11h57
Arrivée Rennes / 13h25

TGV BREST→RENNES

Départ Brest / 11h30
Arrivée Rennes / 13h27

TER NANTES→RENNES

Départ Nantes / 12H10
Arrivée Rennes / 13h25

TGV LORIENT→RENNES

Départ Lorient / 11h59
Arrivée Rennes / 13h31



APRÈS AVOIR PRIS CONNAISSANCE DU **PROGRAMME**,
DES OPTIONS DE VISITE ET DES **MOYENS DE DÉPLACEMENT**
ET D'**HÉBERGEMENT**, VOUS POUVEZ VOUS **INSCRIRE** POUR LA
RENCONTRE DE LENS-LOOS EN GOHELLE PAR LE LIEN CI-DESSOUS»

→ INSCRIPTION

Cliquez sur ce lien