



# Le Feuilleté de Canard

LYCÉE HÔTELIER SAINTE-THÉRÈSE DE LA GUERCHE-DE-BRETAGNE

www.lyceehotelier.com

N° 34 - Janvier 2025

## Concours : ils ont brillé !

Page 7



Photo 1 : Ethan, 1er prix au Trophée Marcel Servant / Photo 2 : Lilou, Meilleure Apprentie de France (MAF) Cuisine Froide 2023 / Photo 3 : Trophée Mille : Jean-Marc Forget, Ophélie, Matéo, Margot, Gabin, Cédric Maigret / Photo 4 : Concours Rotary "Une tête et deux mains" : Valentin (2ème en partant de la gauche), Lise et Ewen (4ème et 5ème).

Pages 4 et 5

Pages 6 et 7

Page 8

Page 11

Nouveautés de la rentrée



Deviantart - zephiglibronze

Voyages



Lycée hôtelier Sainte-Thérèse

Les BTS à Lactalis



Lycée hôtelier Sainte-Thérèse

Découvertes



PxHere - CC0 Domaine public

**DOINEAU**  
BOIS & MATÉRIAUX

LES SOLUTIONS MENUISERIE

Bois • Panneaux • Parquets • Lambris • Menuiseries • Isolation  
Plaques de Plâtre • Produits ossature bois • Aménagement extérieur  
Bardage • Salle d'exposition • Quincaillerie

53, Faubourg de Vitré  
B.P. 73046 - 35130 LA GUERCHE-DE-BRETAGNE  
Tél. 02 99 96 23 67  
accueil@doineauboismat.com - www.doineau.com

LABEL Expert RELAIS BOIS  
MECCOCE  
PEFC 10-21-0286

**PIZZA GIOPEPE**

La Guerche de Bretagne  
02 99 96 11 11  
www.giopepe.fr

**LaGriffa TATTOO**  
Tatouage & Arts Visuels

1 rue Duguesclin  
35130 La Guerche de Bretagne  
☎ 06 58 06 03 96  
✉ lagriffetattoo@yahoo.fr  
f lagriffetattoo

ici, on a craqué pour elle !

BAGATELLE  
La Baguette  
Label R

**Boulangerie REQUET**  
18 rue de Nantes  
35130 LA GUERCHE DE BRETAGNE  
Tél 02 99 96 24 17

ouest france  
www.ouest-france.fr ÉDITION 2023

Vie étudiante :  
nos bons plans  
logement, budget, santé

**Universités  
Grandes écoles**  
droit, psychologie, sports, langues, arts, sciences,  
hôtellerie, informatique, santé, gestion, communication

3 tests  
pour bien  
s'orienter

40 jeunes  
racontent leurs études

Digitisé par  
Studyrama

78 ÉCOLES DE L'OUEST

## Toutes les clés pour bien s'orienter

**Universités, écoles de management ou d'ingénieurs, prépas...** Découvrez tout ce qui s'offre à vous pour bien faire votre choix. Au programme, un état des lieux des établissements de l'Ouest, des conseils pour ta future vie étudiante ou encore des témoignages d'étudiants ainsi que d'enseignants.

En vente en magasin  
et sur [editions.ouest-france.fr](http://editions.ouest-france.fr)

UN HORS-SÉRIE PROPOSÉ PAR  
ouest france

## Tous impliqués pour les élèves

Le lycée hôtelier Sainte-Thérèse trouve les moyens de sa réussite dans l'action combinée de nombreux acteurs.

Les parents, engagés et nombreux au sein de l'APEL, jouent un rôle primordial. Leur présence et leur soutien sont une force, non seulement pour leurs enfants, mais aussi pour l'établissement tout entier. Toujours disponibles et réactifs, ils contribuent activement à notre

dynamique et participent à l'amélioration continue de notre école.

De même, le bureau de l'Organisme de Gestion de l'Enseignement Catholique (OGEC) est un acteur attentif et déterminé. En écoutant chaque proposition, en étudiant les projets et en accompagnant les initiatives, il garantit l'évolution de Sainte-Thérèse dans le respect de ses valeurs pour répondre aux défis de l'éducation moderne.

Les personnels administratifs et les agents de service accomplissent une mission discrète, mais essentielle. Leur dévouement quotidien permet que chaque jeune trouve une réponse à ses questions, se sente à sa place, et évolue dans un environnement propre, agréable et accueillant. Ils créent les conditions favorables pour que tous puissent se concentrer sereinement sur leur apprentissage.

Les enseignants et formateurs, quant à eux, s'engagent avec passion pour la réussite de leurs élèves. Ils accompagnent les jeunes vers leur diplôme, tout en les formant à devenir des citoyens engagés et des professionnels compétents dans les métiers de l'hôtellerie et de la restauration. Avec exigence et bienveillance, ils inculquent le goût de l'effort et l'ambition de l'excellence.

Enfin, les membres du Comité de Direction (CODIR), composé de l'adjointe de direction, du responsable UFA, du responsable de vie scolaire, du Directeur Délégué aux Formations Professionnelles et Technologiques (DDFPT), de l'assistante de direction, et du chef d'établissement, portent une vision dynamique et innovante pour le lycée. En favorisant la mixité sociale et scolaire, en intégrant de nouvelles pratiques pédagogiques et en promouvant les valeurs de développement durable, ils

façonneront l'avenir de Sainte-Thérèse.

Leur démarche d'innovation et d'ouverture fait de notre lycée un lieu d'apprentissage adapté aux défis et aux exigences du monde professionnel actuel.

Que chacun soit ici remercié pour sa forte implication dans notre projet. grâce à vous, notre lycée est bien plus qu'un lieu d'enseignement : c'est un lieu de vie, de partage et d'épanouissement pour chacun.

En unissant nos forces, nous faisons de cet établissement un espace accueillant et stimulant, où chacun trouve sa place. Ensemble, nous vivons au quotidien la maxime qui guide notre engagement : "Un lycée, un épanouissement pour tous."

**Sophie RAULET,**  
chef d'établissement



Au centre, Mme Raulet, avec M. Raynard, président de l'OGEC, et Mme Guiffaud, membre active durant trente ans.

Lycée hôtelier Sainte-Thérèse

## Notre envoyé spécial : Baptiste

Quand j'ai intégré le lycée hôtelier, en septembre 2023, j'ai entendu dire qu'il y avait un journal. J'ai rejoint l'équipe en tant que rédacteur et journaliste. J'ai déjà rédigé deux articles sur des conférences : sur les bienfaits de l'exercice physique au quotidien, et sur l'alimentation à Rennes à la Renaissance. Quand je suis arrivé dans le comité de rédaction, il n'y avait qu'un élève : Sébastien. Donc, j'ai doublé l'effectif !! Ce qui a fait très plaisir à Mme Badoul. Je resterai dans l'équipe jusqu'au jour où je quitterai le lycée.

### Proche de ma vie au lycée

Avant d'écrire pour "Le Feuilleté de Canard", je lisais "Ouest-France". Je trouve une différence entre les deux, car dans "Ouest-France", on parle du monde et de la politique, alors que dans le journal du lycée, il n'y a que des articles sur le lycée, sur les élèves, c'est plus proche de ma vie.

J'aime bien cette activité, j'ai interviewé des personnes diffé-

rentes pour des sujets que je ne connaissais pas avant. J'ai découvert des choses, et j'ai appris à rédiger des articles, à préparer des questions, et à être plus à l'aise quand je parle avec des gens.

Quand je suis dans ma peau de journaliste, et que je travaille mon article, je prends un temps pour moi, qui me permet de me reposer par rapport à mes cours, et de souffler un peu.



Ma nouvelle passion : le journalisme!

## LA TABLE DE ZELIE

Lycée hôtelier Sainte-Thérèse

### Février

Lundi 3  
Mardi 4  
Vendredi 7

### Mars

Lundi 3  
Mardi 4  
Vendredi 7

### Avril

Lundi 28  
Mardis 1, 22 et 29  
Mercredis 2, 23 et 30  
Jeudis 3 et 24  
Vendredi 4 et 25

### Mai

Examens

### Soirées à thème

Accueil à partir de 19h15.

**4 février 2025** : Région Bordeaux - 1ères

**27 mars 2025** : Autour de la famille - CAP

**6 mars 2025** : Les Toques Rotariennes - BTS (Réservations : M. Cesboué 06 80 08 84 92)

### Restaurant d'application

Tous les prix s'entendent boissons non comprises.  
Réservations : 02 99 96 39 39

### Déjeuners

Menus 16 €.  
Accueil de 12h15 à 12h30.

### Décembre

Lundis 2, 9 et 16  
Mercredis 4, 11 et 18  
Vendredis 6 et 13

### Janvier 2025

Lundis 6, 13, 20 et 27  
Mardis 1, 22 et 29  
Mercredis 8 et 15  
Jeudis 9 et 16  
Vendredis 10, 17, 24 et 31

## Deux nouveaux visages dans la formation

Depuis septembre 2024, Mickaël Chabrun est à la tête de l'Unité de Formation par Apprentissage (UFA) du lycée.

"J'ai fait ma formation de cuisinier au lycée hôtelier Maurice-Marland (Granville). Le bac pro venait d'être créé, intitulé "Commerce hôtelier option cuisine".

Suivirent quelques années à Paris dans des maisons de prestige, Le Doyen, La Maison Blanche, avant de revenir en Bretagne, à l'Ar Milin à Chateaubourg comme pâtissier, puis aux Étangs d'Apigné.

En 2004, j'ai fait le choix de devenir formateur, j'ai suivi une

formation à l'AFPA de Saint-Brieuc, puis j'ai intégré la Maison Familiale et Rurale (MFR) de Saint-Aubin d'Aubigné, où je suis passé responsable du pôle formation Hôtellerie-Restaurant, avant de mettre en place l'antenne CFA.

Je connais le lycée depuis longtemps. En effet, je suis originaire de Fontaine-Couverte (Mayenne), et j'y reviens depuis plusieurs années en tant que jury d'examen. J'ai aussi été coordinateur des Toqués de Janzé 2023, qui se sont déroulés ici.

L'UFA est un beau challenge, je sors de ma zone de confort et ça me convient : j'aime quand ça bouge.

**Julien Bart est le nouveau Directeur Délégué à la Formation Professionnelle et Technologique (DDFPT). Arrivé le 4 novembre, il succède à Sylvain Gautier, qui a occupé ce poste pendant 31 ans.**

"Je suis un épicurien dans l'âme ! A l'origine, je voulais être cuisinier - j'adore faire à manger. Après mon BTS à Châ-

teau-Thierry (02), je suis parti travailler en Angleterre, premier saut dans le milieu professionnel, et à l'étranger. J'ai ensuite une expérience de quinze ans, en restauration et hébergement, et plusieurs années en tant qu'enseignant.

Le DDFPT, dans un lycée pro, c'est un couteau suisse. Sa ligne d'horizon doit rester la réussite des élèves.

Mes tâches ne sont pas gravées dans le marbre : au sein de l'équipe professionnelle, je suis là pour donner un cadre, apporter une impulsion. Je prends appui sur les qualités de chacun pour faire avancer le groupe dans la même direction.

J'arrive dans l'établissement, je prends possession de mes responsabilités au fur et à mesure.

Par rapport aux établissements que j'ai connus en Ile-de-France, j'apprécie particulièrement la qualité humaine des relations entre l'équipe éducative et les élèves."

Propos recueillis par BBD



Mickaël Chabrun (à gauche) et Julien Bart (à droite).

Lycée hôtelier Sainte-Thérèse

### « J'enseigne le chinois »

"J'enseigne ici, à Saint-Martin (Rennes) et à Notre-Dame (Guingamp). C'est ma quatrième année et j'ai réussi mon concours l'an dernier.

Pour ma licence de chinois, à l'Institut National des Langues et des Civilisations Orientales, j'ai passé un an à Qingdao, une ancienne colonie allemande, universellement connue pour sa bière... Puis j'ai fait deux ans de master d'enseignement à Jinan. Et j'ai un master en Français Langue Étrangère (FLE).

Mon objectif est que les élèves découvrent la culture

chinoise, une toute autre façon de penser le monde, d'autres codes. Ainsi, les Chinois sont très respectueux : des profs, des anciens... Or, en trente ans, le niveau de vie a augmenté rapidement, les gens ont les moyens d'aller au restaurant, ou de voyager à l'étranger, mais ils ont gardé les mêmes manières. Et les jeunes Chinois sont parfois gênés par le manque de raffinement des plus âgés, qui donne une mauvaise image."

Antoine LEQUEUX



La calligraphie est le mélange de l'art et de la langue, elle est liée à la peinture. Il faut qu'en lisant le poème, on imagine le décor et l'émotion, et quand on voit la calligraphie, qu'on imagine le poème.

Le Feuilleté de Canard n°34 - Janvier 2025 - page 4

Lycée Sainte-Thérèse

### Let's go !

Depuis la rentrée, Maud Le Gruiec enseigne l'anglais en CAP1 et 2, seconde et BTS1.

"C'est ma première expérience en lycée pro, et ça me plaît. Il y a une bonne ambiance, y compris au niveau des élèves. Ce qui change avec l'enseignement général, c'est qu'ils sont déjà orientés, dans un domaine qui les passionne, donc ils sont motivés.

Dans leur domaine, l'anglais est très important. Pour les serveurs, il faut qu'ils puissent expliquer la carte à des clients étrangers, communiquer avec les équipes, qui parfois ne sont pas entièrement francophones, même en France. Et c'est aussi la possibilité de voyager, et de se former partout dans le monde.

#### Travailler en Asie, ou au Canada

Baucoup veulent travailler au Canada, ou en Asie : l'anglais permet cela, même dans des pays où il n'est pas la langue officielle, comme l'Indonésie.



J'encourage les élèves à beaucoup lire et regarder des séries en anglais.

Lycée hôtelier Sainte-Thérèse

Mes élèves ont un grand potentiel de progression, quand ils s'investissent, ils s'améliorent rapidement. Pour s'insérer dans un milieu professionnel anglophone, il n'est pas nécessaire d'avoir un excellent niveau. Mais pour vivre à l'étranger, si ! Pour participer à une conversation, éventuellement faire de l'humour, il faut des références".

## GAP : Génération Ambition Pro !

Coordinatrice de ce nouveau dispositif d'accompagnement à l'insertion professionnelle mis en place au lycée, Marie de Bel-Air témoigne.

"Il s'adresse à des élèves en situation de handicap qui ont terminé une formation dans l'Hôtellerie-Restauration, et qui ont envie de trouver un travail dans ce domaine. L'expérimentation que nous menons s'articule autour de trois axes. Un maintien des compétences cognitives et professionnelles, par des cours et des TP au lycée. Un accompagnement vers les partenaires de la vie professionnelle et quotidienne : Mission Locale, Cap Jeune, différentes entreprises de l'hôtellerie-restauration et Établissements et Services d'Accompagnement par le Travail (ESAT). Une incitation à rester actif, à travers le bénévolat dans des associations, ou en s'engageant dans la vie de leur commune. Ils peuvent ainsi se faire connaître, tisser des liens, développer leur réseau.

Cette année, nous avons quatre places. Le jeune peut

intégrer le dispositif à tout moment de l'année, et le quitter dès qu'il a trouvé un emploi.

### De la créativité, de l'écoute...

Notre volonté est d'accompagner le jeune au plus près de ses besoins et de ses souhaits, afin qu'il s'épanouisse dans son activité professionnelle. Cela demande de la créativité, de l'écoute et une bonne dose d'engagement, auprès de jeunes qui sont demandeurs, et volontaires.

Le lycée a répondu à un appel à projet de la Fondation Saint-Mathieu, qui soutient des projets innovants. Nous avons été sélectionnés parmi dix autres candidatures, c'est pour nous un grand encouragement ! Nous sommes pour l'instant en format bêta-test : tout est à imaginer, c'est très motivant et dynamisant. C'est toute



Charles est le premier jeune à bénéficier du GAP au lycée. À gauche, Marie de Bel-Air.

une équipe qui se mobilise maintenant, chacun apportant ses compétences

### Ça me rassure

Charles Hervé-Renard : "C'est Mme de Bel-Air qui m'a donné l'idée, et je trouve ça bien. Je

viens au lycée tous les jours, on fait des recherches pour me trouver un travail dans un restaurant, et aussi je fais des TP, ça me permet d'être plus à l'aise, ça me rassure. Et je suis content de continuer à travailler avec d'autres jeunes."

## Les étudiants s'organisent



Le bureau de la toute nouvelle AELHST

Depuis le 26 janvier, les élèves de BTS du lycée ont leur association : l'Association des Étudiants du lycée hôtelier Sainte-Thérèse (AELHST).

Le projet est né à la rentrée 2023, lorsque nous sommes entrés en BTS1. Nous souhaitons pouvoir organiser des

actions en étant autonomes vis-à-vis du lycée. Mme Raulet était partante et nous a soutenus.

Au mois de décembre, nous avons présenté une ébauche au conseil de direction, on nous a posé beaucoup de questions, certaines très précises. Puis les membres du conseil en ont dis-

cuté entre eux et l'ont validée.

### Rédiger les statuts

Ensuite, nous avons rédigé les statuts, qui fondent l'association et en régissent le fonctionnement. Ils ont été adoptés lors d'une assemblée générale constitutive. Un premier bureau a alors été élu.

Nous avons envoyé tous les documents à la préfecture, qui nous a répondu par un récépissé de déclaration, et a transmis à Légifrance pour une parution au *Journal Officiel*. Ce qui nous donne une existence légale. Nous avons alors pu ouvrir un compte bancaire au nom de l'AELHST.

### Pour les étudiants de BTS

Le nouveau bureau a été élu le 15 novembre. Il est composé d'un président et d'un trésorier, ainsi que, pour chaque classe, d'un vice-président, d'un vice-trésorier et d'un secrétaire. Mme Raulet, en temps que chef d'établissement, est membre

de droit.

Tous les étudiants de BTS peuvent être membres, la cotisation est de 45 €. Elle permet de participer à des voyages pédagogiques, à des soirées, à des animations telles que des interventions de professionnels.

### De nouvelles compétences

La création de cette association nous a permis de développer de nouvelles compétences en lien direct avec notre BTS. Les démarches de création d'une association sont assez proches de celle d'une entreprise. Ça nous apporte également des connaissances en comptabilité, management, communication, gestion de projet.

Nous espérons aussi renforcer les liens entre les deux niveaux de BTS grâce à des actions communes, et renforcer notre réseau professionnel.

**Sébastien MARAIS,**  
président de l'AELHST

## Découvrir Rotterdam

16 élèves de 1ère ont fait un séjour à Rotterdam, du 19 au 22 mars 2024.

"Nous sommes d'abord passés par Bruxelles, nous avons visité le Parlement européen, et aussi la ville, qui est très belle, nous avons vu bien sûr le Manneken-Pis.

A Rotterdam, nous avons visité l'hôtel Hilton, nous avons

pu entrer dans la "suite royale", où descendait Mickael Jackson.

L'après-midi, nous avons pris le bateau pour aller à Kinderdijk, où sont les célèbres moulins -et aussi les tulipes, mais ce n'était pas la saison... Puis nous avons visité la ville de nuit, ainsi que le Markthal.

Le lendemain, nous avons

réalisé un TP au lycée hôtelier Zatkine, et avons fait découvrir les produits marqueurs de la Bretagne. Ensuite, visite guidée du port de Rotterdam, il existe depuis le XII<sup>e</sup> siècle, et c'est le plus important d'Europe.

C'était un super voyage, et nous remercions Mme Piquet et Mme Planchais qui l'avaient organisé."

**Louise MARIE et  
Ewa WIERZBICKI, TS1C1**



Nous étions logés dans une auberge de jeunesse, en plein cœur de Rotterdam. Nous étions mélangés avec des jeunes d'autres pays : Curaçao, Espagne... et nous avons bien sympathisé.



Ces moulins servent à maintenir à sec la région d'Alblasserwaard. Ils sont inscrits au patrimoine de l'UNESCO.

## Voyager : mais comment ?



Pour beaucoup, c'était une première expérience en avion.



La gare centrale de Rotterdam. Le prix Rennes-Rotterdam pour nous était de 103€ l'aller.



Le prix du bateau taxi varie de 4 à 6 € selon la distance parcourue.

Le Feuilleté de Canard n°34 - Janvier 2025 - page 6



Il est possible de louer des vélos. Comptez 10€ les 24h, 14 les 48h et 17€ pour trois jours.

## Visite de Bruxelles



La célèbre Grand-Place est chargée d'histoire et montre le style d'une époque de prospérité, l'atmosphère ne laisse pas indifférent.



Nous avons visité le Parlement européen, avec des audioguides. La visite est gratuite, mais pour les groupes, il faut une réservation.

**Association pour le  
développement du  
Journal des Lycées**

10 rue du Breil  
35051 Rennes Cedex 09  
Tél. 02 99 32 67 47  
jdl@journaldeslycees.fr

**Journaliste référent Ouest France :**  
Éric CHOPIN



**Lycée Hôtelier Sainte-Thérèse**  
1 rue du 8 mai - BP 73028  
35130 La-Guerche-de-Bretagne  
Tél. : 02 99 96 39 39  
accueil@lhst.com  
www.lyceehotelier.com

**Directrice de la publication :**  
Sophie RAULET

**Responsable de la rédaction :**  
Béatrice BADOUL-DESBOIS

**Imprimerie Média Graphic**  
35000 Rennes - SIREN : 320 281 447  
Papier : 90g couché demi-mat 100% PEFC



## Sous le ciel de l'Italie

Nous avons eu la chance de partir pendant notre année de première, en voyage pédagogique à Montecatini-Terme en Italie, durant une semaine. Mme Brejuin, M. Tannoux, et M. Maigret étaient nos professeurs accompagnateurs.

Lors de ce séjour, nous avons effectué de nombreuses visites. Celle que nous avons choisi de vous partager est notre journée à l'école hôtelière "Alberghiero Martini", où nous avons réalisé un service commun avec des élèves italiens, en proposant des mets des deux pays.

Nous avons parlé diverses langues avec eux, car nous ne parlions pas italien. Nous nous sommes tout de même compris, Italiens comme Français. C'était cocasse comme situation, et plutôt amusant dans l'ensemble.

Nous étions séparés en deux groupes. Le premier groupe faisait la mise en place de la salle de restaurant, et le deuxième était au deuxième étage, au bar. Quelques élèves de l'école hôtelière italienne nous ont

appris à réaliser de vrais cafés italiens : cappuccino, latte. Ça été l'occasion de nouer de beaux liens, nous sommes toujours en contact, et espérons avoir l'occasion de nous revoir. C'était très instructif et intéressant, les élèves italiens ont une joie de vivre exceptionnelle

qu'ils nous ont communiquée.

L'ambiance durant cette journée en compagnie de ces élèves et de leurs enseignants était sublime, car les Italiens sont vraiment chaleureux, avec un contact très facile, et cela nous a surpris.

A la fin de ce service nous avons pris une photo souvenir qui restera gravée dans nos têtes.

**Lukas RIMBAULT, Basile AUSSANT, Clémence HARDY, Ivanhoë ROBIN**



Admirez ce beau panorama des vignes de Toscane!

Lycée Sainte-Thérèse

## Les concours forment la jeunesse...

Tous les ans, certains élèves participent à des concours professionnels en cuisine, en salle, ou les deux pour des équipes mixtes.

Parmi les derniers en date : Lilou Huet (Meilleure Apprentie de France 2023), Ewen Poulain et Lise Gouyette, ("Une tête et deux mains", organisé par le Rotary Bretagne), Ethan Chavet, ("Trophée Marcel Servot", organisé par Les Cuisiniers de la République française), et deux binômes pour le "Trophée Mille" : Matéo Floch et Margot Laffray en Cuisine-Pâtisserie, Ophélie Verger et Gabin Cherbannel en Service-Sommellerie.

### Beaucoup de pression

Margot : "Vraiment, c'est beaucoup de pression. Il y avait 350 personnes dans le public. C'était cool de voir qu'ils s'intéressent à nos métiers, de leur montrer ce qui est possible en cuisine, c'est motivant. Mais quand ils nous encourageaient tous ensemble, c'était stressant, alors qu'on essayait de

communiquer entre nous pour être efficaces ! Ils étaient curieux, ils regardaient de près ce que nous faisons. On n'est pas habitués à travailler dans ces conditions."

Matéo : "Être à deux, en équipe, c'est bien, on a su se remotiver mutuellement quand un des deux était moins opérationnel.

Nous visions juste le podium, notre deuxième place a été une surprise totale. À l'annonce du résultat, je ne savais plus où j'en étais ! Il paraît que j'ai crié, je ne m'en souviens même pas. Et surtout, l'écart avec le premier, à seulement 0,04 points du vainqueur. C'est tellement serré ! Dommage, nous avons oublié de montrer le drapeau breton, alors qu'il était à nos pieds." La prochaine fois, alors (ndlr).

### Mon meilleur souvenir

Ethan : "Ma première place m'a fait énormément plaisir. La journée avait pourtant été compliquée. Ma voiture a eu un pro-

blème alors que je me rendais à Paris pour le concours. J'avais avec moi tous les produits et le matériel... J'ai appelé le second de mon entreprise (je suis en alternance à *L'Auberge Bagatelle*, au Mans), il sortait de sa journée de travail, il a pris son véhicule, est venu me récupérer à Chartres, m'a emmené à *Ferrandi Paris*, a suivi tout le concours avec moi, au retour, il était plus fatigué que moi.

Malgré toutes ces péripéties, je suis arrivé premier, et ça a été une surprise. Un magnifique souvenir.

### Une bonne équipe

Ewen et Lise : "Comme c'était notre première année de formation en cuisine, nous ne savions pas à quoi nous attendre. Nous nous sommes dit que nous ferions une bonne équipe, et qu'avec du courage, nous pourrions y arriver. On a fait nos recherches et nos essais ensemble.

C'est formidable d'être arrivés deuxième avec si peu

d'expérience, déjà sortir le plat dans les temps c'était une victoire. Expliquer aux membres du jury comment nous avons travaillé, c'était génial, les jurés ne pensaient pas qu'à notre âge on puisse réaliser ça."

### Et maintenant ?

Ils sont unanimes : "On apprend tellement en si peu de temps, on a de l'adrénaline, c'est incroyable. Tous les échecs qu'on a fait en entraînement, ça nous a appris à rectifier, à rattraper.

On passe par des sensations, des émotions très fortes en peu de temps. On peut échanger avec des chefs, ce sont des temps de partage exceptionnels et inédits." Lilou : "Attention au retour à la réalité ! Malgré ça, j'encourage tous les jeunes à tenter l'expérience !"

**Propos recueillis par Sébastien MARAIS et BBD**

## Les BTS ont visité le Lactopôle

Le 13 juin 2024, au siège de Lactalis, à Laval, nous avons visité la Cité du Lait, participé à une dégustation de fromages, et déjeuné au restaurant d'entreprise.



À l'entrée du musée, les BTS1, devant un camion de lait, témoin des premiers temps de l'entreprise.

Nous avons été reçus par Yann Le Helley, le directeur du restaurant d'entreprise "Le Petit Lavallois".

Il nous a présenté la cuisine. Nous avons été surpris de la trouver aussi petite, nécessitant une organisation millimétrée avec les différents modes de production et d'organisation de l'équipe. Nous avons admiré la magnifique salle de restaurant, un ancien bâtiment industriel rénové. Il est désormais capable d'accueillir 450 couverts par service, ainsi que des séminaires, des événements spéciaux, des soirées à thème : Noël, déjeuner sur l'herbe...

Nous avons déjeuné sur

place, en compagnie des employés, et apprécié l'utilisation de produits de qualité, qui illustre l'effort de l'entreprise pour une alimentation saine et responsable. Nous nous sommes rendus compte qu'il était possible de réaliser une bonne cuisine avec un bon rapport qualité-prix pour un grand nombre de couverts, avec une petite équipe. M. Le Helley donne la priorité aux producteurs locaux et à la saisonnalité, mais c'est compliqué en termes de quantités.

### Cuisiner en collectivité

Le chef Le Helley a répondu

à nos questions. Pour lui, la première qualité professionnelle pour un cuisinier en collectivité est d'avoir une organisation rigoureuse, méthodique, et la maîtrise des productions en volume. Il faut aussi de la curiosité, et de la motivation.

La création du restaurant d'entreprise a permis à certains employés de faire connaissance, alors que parfois ils travaillaient au même étage. Il contribue au bien-être de chacun, en évitant des trajets domicile-travail sur le temps de midi. Moins de fatigue, moins de risques, davantage de convivialité. Et manger sain et équilibré tout en passant un bon moment. Et le fromage est offert ! Une journée riche en découvertes, mêlant savoir-faire industriel et culinaire.



Au "Petit Lavallois", le fromage est offert... Et le choix est impressionnant !

### anciens ?

- a) Du Moyen Âge
- b) Du XIXe siècle
- c) De la Préhistoire
- d) Du XXe siècle

### 4. Quel produit a joué un rôle central dans l'histoire de l'industrie laitière française ?

- a) Le beurre
- b) Le yaourt
- c) La crème glacée
- d) Le lait concentré sucré

### 5. Quel est le rôle principal du Lactopôle ?

- a) Présenter des recettes à base de lait
- b) Conserver le patrimoine laitier et éducatif
- c) Former des agriculteurs
- d) Exporter des produits laitiers

Réponses : 1c - 2b - 3b - 4a - 5b

La classe de BTS2



Ici, les moules utilisés autrefois pour fabriquer le camembert Président, nous avons vu aussi de nombreuses machines datant du XIXe siècle.



Dans cette salle sont rassemblés toutes sortes de produits, qui illustrent l'histoire du groupe Lactalis.

**AUTO ECOLE**  
**ménard**

JANZÉ 02 99 47 24 89  
LA GUERCHE 02 99 96 24 12

Portable  
06 81 12 29 06

**ROSALIA**  
Boutique de créateurs

02 56 53 81 34

12 rue de Nantes  
35130 La Guerche de Bretagne

rosaliaboutiquecreateur@gmail.com

**SUPER U**

La Guerche-de-Bretagne

l'Orange bleue | mon coach Fitness

LA GUERCHE-DE-BRETAGNE

2 Z.A. DE LA GARENNE - 02 99 96 82 88  
oblagerche@gmail.com

**LIBRE ACCÈS : 6h-23h 7J/7**  
En option, voir condition d'abonnement en club

**Votre HACCP en 10min par jour !**

Bonjour Alex  
La Brasserie

56 %  
Tâches réalisées

Synchroniser les données  
Vos données sont à jour  
Dernière Sync. quelques secondes

Tous vos historiques accessibles en 2 clics

**Finis les classeurs**

Appli HACCP n°1 des téléchargements en France

+ 50 000 utilisateurs

**30 jours gratuits**

09 71 07 07 09  
contact@traqfood.com

Google Play | App Store | Chrome

Location et Vente de Matériel Médical  
Orthopédie sur Mesure

M. et Mme Monthuir et Mme Theuret  
**02 99 96 20 05**

LA GUERCHE de BRETAGNE

Vous êtes lycéen ?  
Intéressé par les médias ?  
Rédacteur du journal de votre lycée ou juste friand d'infos ?

Suivez le journal des lycées sur Facebook

Journal des lycées

## Un forum enrichissant sur le handicap

Le 12 décembre avait lieu, à Cesson-Sévigné, le Forum découverte des métiers de Bretagne, organisé par l'Arpejeh, une association engagée pour l'insertion des personnes en

situation de handicap dans le monde du travail. Les élèves de l'Unité Localisée pour l'Inclusion Scolaire (ULIS) du lycée y ont participé.

Tous sont contents de l'expérience : ça a été l'occasion de créer des liens avec des ESAT, susceptibles de les embaucher à la fin de leurs études. Titouan et Ana : "Nous en avons découvert deux qui nous intéressent, une à Châteauneuf, l'autre près de Fougères, reliée à un foyer par une navette, ce qui serait très pratique. Ils nous ont invités à venir visiter."

Aaron s'est renseigné au stand de l'Armée : "Un diplôme est un plus pour eux, et il y a beaucoup de métiers possibles. Ça me ferait mûrir."

### Un stand pour le lycée

Le lycée Sainte-Thérèse avait son stand. Killian, élève en CAP2, présentait les CAP PSR et cuisine, ainsi que l'ULIS. "Beaucoup de jeunes étaient intéressés, ils posaient des questions.

J'ai présenté des ustensiles, que nous avons apportés parce qu'ils ont une ergonomie adaptée pour des élèves en situation de handicap : minu-

teur, économiste, séparateur d'œuf, verre mesureur.

Nous avons aussi apporté des fiches recettes aménagées, avec des images pour faciliter la compréhension et la planification."

### Une première pour l'équipe ULIS

Mélanie Louapre est Accompagnante des Elèves en Situation de Handicap (AESH) : "Cette participation était une première pour nous. Toute l'équipe ULIS s'y est mise. Marie de Bel-Air, notre coordinatrice, avait tout programmé. Et notre collègue Sabine Hamon a géré la mise en place, elle a fait un travail formidable."

Baptiste est bien fatigué, mais très content : "J'ai beaucoup aimé participer à ce forum, les gens de l'organisation étaient très sympathiques, et j'ai eu l'honneur de manger entre Mélanie et Virginie !"

Les élèves de l'ULIS



La délégation du lycée au salon du handicap de Cesson-Sévigné, avec Mme Raulet, chef d'établissement.

## Ces parents qui s'engagent pour le lycée

Gwenaëlle Perrois, vice-présidente de l'APEL du lycée, nous partage son expérience.

"Je fais partie d'associations de parents d'élèves (APEL) depuis quinze ans, trois comme secrétaire et dix comme présidente, en école. Depuis deux ans, je suis dans l'APEL du lycée, l'an dernier comme secrétaire et depuis septembre comme vice-présidente.

### Comment fonctionne l'APEL ?

Mme Rimbault, la présidente, réunit le bureau 4 ou 5 fois par an. Mme Raulet, chef d'établissement, nous présente les projets mis en place au sein du lycée, et nous travaillons sur des actions pour diminuer le coût des voyages proposés par les équipes pédagogiques.

Les membres du bureau sont élus une fois par an, en septembre, lors de l'assemblée générale, par les parents membres de l'association : douze cette année, tous très investis.

### A quoi sert l'APEL ?

L'APEL sert à représenter et à soutenir les parents d'élèves, à faire le lien entre la direction de l'établissement, les équipes pédagogiques et les parents. Elle est présente lors des portes ouvertes. Elle participe aux conseils de classe et aux

conseils de discipline (parents délégués) et aide au financement des projets du lycée : l'an dernier, nous avons proposé une vente de brioches.

Nous avons aussi organisé une conférence, présentée par le Pr. François Carré, cardiologue au CHU de Rennes, sur "Les bienfaits de bouger au

quotidien".

### Quelles sont les actions menées cette année ?

Nous avons participé aux essayages des vêtements pour les nouveaux élèves en juin dernier, et nous étions présents le jour de la rentrée pour les accueillir avec l'équipe pédagogique. Nous avons organisé une bourse aux vêtements pour permettre un réassort à moindre coût. Nous venons de lancer une nouvelle vente de brioches et avons un deuxième projet de conférence.

L'APEL a une très bonne relation avec Mme Raulet et l'équipe pédagogique : nous sommes là pour les soutenir et les accompagner dans leurs projets. Et faire partie de l'association permet de mieux connaître ce qui se passe au sein du lycée de nos enfants."



Le bureau de l'APEL : Mme Perrois, notre témoin, est la deuxième en partant de la droite.

Lycée Hôtelier Sainte-Thérèse

Propos recueillis par Baptiste PERROIS, CAP2 PSR

## Ma passion : la pêche à la carpe

Cette pratique ancestrale a évolué au fil des siècles pour devenir un véritable sport.



13,5 kg pour cette carpe pêchée à l'étang de Bourgon durant l'été 2023. Elle a vite retrouvé son milieu d'origine. Carpe diem!!...

Aydan pêche depuis ses 5 ans : "Au début, j'y allais avec mon père et ses amis. Maintenant j'y vais avec mes copains, qui se sont pris aussi de cette passion. Au-delà du défi, c'est un moment convivial. On pense à autre chose, même si on ne va pas loin géographiquement, on déconnecte de la routine.

beaucoup avec les nouvelles technologies : il existe maintenant des caméras placées sous l'eau, qui filment l'amorce et le comportement du poisson.

### Le respect du poisson

La pêche à la carpe représente bien plus qu'un simple exploit sportif. C'est une passion profonde, qui demande de la patience, des connaissances, météorologiques par exemple : il faut savoir quand le temps est favorable.

Les pêcheurs sont attachés à la préservation de l'environnement : on a le respect du poisson, on utilise une épuisette, un tapis de réception à poisson.

Il n'y a pas de taille de prise minimum, car la carpe est un poisson que l'on remet à l'eau : on ne la pêche pas pour la manger, juste pour le sport".

**Aydan LOISEL-LEVEQUE  
et Louis GUILLOUX, 1S2C2**

### Matériel spécifique

C'est un sport exigeant, il faut investir dans du matériel spécifique : une canne à pêche avec des détecteurs, des amorces à base de bouillettes pain-maïs, une tente appelée biwi. En effet, nous pêchons souvent de nuit. On part alors pour deux ou trois jours.

Avec mes copains, on essaye tous d'avoir la plus grosse carpe ou de battre notre record pour être le meilleur !

Le champion du monde est un modèle pour tous les pratiquants, les nouveaux pêcheurs s'en inspirent. Ce sport évolue

## Un atelier pour se sentir bien

L'an dernier, à la demande de Mme Raulet, Hamish Parker, alors professeur de chinois au lycée, a monté un atelier bien-être. Avec son humour *so british*, il raconte : "Lorsque j'étais professeur au Wellington College, un lycée de garçons en Nouvelle-Zélande, j'ai proposé d'enseigner la méditation aux élèves pendant les pauses déjeuner. Le directeur adjoint a accueilli cette demande avec perplexité. Responsable de la discipline dans l'école, il semblait un peu stressé (et j'ai pensé qu'un peu de méditation pourrait lui faire du bien également...) Mais cela lui sembla probablement inoffensif et il donna son accord."

### Lorsque la fuite n'est pas une option

Ici à La Guerche, nous avons préféré l'intituler cet atelier "équilibre de soi", et pas "bien-être" ou "méditation". En effet, pour les personnes non averties, ces termes peuvent être entourés de préjugés, voire de



Baptiste et Mme Masala : exercices de respiration avant le temps de la méditation.

mépris, considérés comme de simples échappatoires au monde réel pour des personnes découragées, par exemple. Notre idée est plutôt d'adapter des outils venus du yoga, de la méditation, des exercices de la respiration contrôlée, de l'écoute et la parole... afin de les mettre en œuvre dans notre vie quotidienne, surtout dans les situations difficiles, lorsque

la fuite n'est pas une option et qu'on souhaite lutter sans conflit. Dans ces ateliers, on essaie de comprendre l'être humain et d'apprendre à maîtriser le soi, de trouver un équilibre dans le corps et l'esprit, pour aller au-delà des impulsions, des réactions, des illusions, sortir de nos cercles vicieux, et devenir acteurs dans nos vies."

### Des outils simples

Nadine Masala s'est aussitôt associée au projet : "Hamish avait l'expérience de la culture chinoise, je suis proche de la philosophie orientale. Je m'efforce de donner aux élèves des outils faciles à utiliser, qui leur permettent d'appréhender les événements ou les situations délicates. Je m'appuie sur des exercices de respiration et de relaxation, les séances durent 30 mn. Chacun vient selon son rythme, les élèves ne s'engagent pas à venir toutes les semaines. Il faut seulement se respecter, et respecter les autres. En fonction des besoins, je peux proposer des exercices de postures ou d'étirements, pour évacuer les tensions. Ça reste une proposition, parmi la diversité des pratiques, c'est à chacun de trouver celle qui lui conviendra. Les créneaux horaires proposés sont variables, pour s'inscrire prendre contact avec moi."

**OFFRE -25 ANS**  
**L'INFO A UN PRIX**  
**SAUF POUR TOI !**

**TOTALEMENT GRATUIT**  
**SANS AUCUN ENGAGEMENT**  
**JUSQU'À TES 25 ANS !**

FLASHE LE QR CODE

