



## Le mot du Président

### À propos des sorties en mer !



Le père Mesnard, fondateur de Cap Vrai mais également de Jeunesse et Marine, croyait profondément aux valeurs éducatives de la mer qu'il considérait comme « la matrice de l'humanité ». Dans son livre autobiographique « Mes Racines sont dans la Mer » il précise ce que sont, selon lui, les qualités que doivent habiter ceux qui se veulent de vrais marins : l'**humilité** devant le mystère que représentera toujours la mer pour celui qui l'affronte, la **grandeur d'âme** car il faut aimer les larges horizons et savoir faire des choix difficiles, et enfin la **fidélité** qui conforte les amitiés. Cap Vrai n'a pas la prétention de faire des personnes qu'elle accueille lors des sorties en mer des marins pétris de toutes ces qualités. Plus modestement elle leur offre de partager pendant quelques heures ou quelques jours le quotidien d'une vie de marin et vivre l'expérience d'une rupture avec leur propre quotidien. A l'appui de mon propos deux témoignages touchants recueillis cet été et qui prouvent le bienfait, voire le bonheur que peuvent générer ces sorties en mer.

Le premier témoignage émane de Myriam, une femme d'origine africaine accueillie par l'association « Les Petits Frères des Pauvres » :

*"Mardi 13 août 2019...journée chargée d'émotions... je devais embarquer sur un voilier en direction de l'île Dumet (Bretagne). C'était mon tout premier voyage en mer...Or, j'ai une phobie de la mer ! Nous embarquons au petit port de Pénerf...gilet de sauvetage...la "trouille" m'envahit...mais pour moi, c'est du LUXE de me trouver là... À bord je contemple la mer qui s'étend à perte de vue...Soudain, l'Île est devant nous. Quatre d'entre nous osent y mettre le pied (enlever les chaussures, remonter le bermuda, descendre du voilier, s'installer sur un petit bateau gonflable dit "la balance" ...pas très stable en effet !) pour atteindre enfin l'île perdue au milieu de la mer... De retour à Paris en regardant les photos, j'avais l'impression d'avoir vécu un RÊVE !"*

Quel enthousiasme ! Myriam en a même oublié de mentionner qu'elle avait eu le mal de mer lors de la traversée

Le second témoignage émane de Jahid ; il a été rédigé au retour d'une croisière de 5 jours en baie de Quiberon au profit de l'association « La Maison de l'Amitié » s'occupant de personnes sans domicile fixe en région parisienne : «... On était vraiment comme une famille, il n'y avait pas de différence entre nous ! Esprit de famille, on était bien ! J'ai oublié un peu la pression d'ici. C'est la première fois que je montais sur un voilier, avec un formateur super sympa qui m'a fait confiance. C'est rare et ça restera gravé ... »

### **On m'a fait confiance et ça restera gravé !**

« Accueillir, Écouter, Partager » tels sont figurent en tête du tract publicitaire que salons nautiques. Il est clair qu'aux vues parviennent, vous, navigants de Cap Vrai, exigences de l'association. Soyez en en ce sens au sein de Cap Vrai : nous vivons les replis sur soi deviennent de plus en plus



les exclus sont de plus en plus nombreux. En acceptant de les faire naviguer ne serait-ce que quelques heures nous contribuons, modestement sans doute, à rendre notre société un peu plus solidaire.

les trois maîtres-mots qui nous distribuons à l'occasion des des témoignages qui nous répondez pleinement aux remerciés et continuez à œuvrer dans une société où les doutes et prégnants et où les malheureux et

### **A propos de la présence de Cap Vrai au fort d'Hoëdic**

Le conservatoire du littoral a lancé en 2017 une opération de rénovation du fort d'Hoëdic dont il est propriétaire. Cette rénovation comporte deux phases :

- une première consistant à remédier aux problèmes d'étanchéité,
- une seconde portant sur un réaménagement de l'intérieur du fort afin d'en faire un lieu de vie plus attractif.

La première phase s'est achevée au printemps dernier et la seconde devrait débuter en décembre 2019 par une étude de définition des diverses solutions d'aménagement possible et de leur faisabilité économique. Elle devrait durer 8 à 9 mois. Cap Vrai sera associée à cette étude. Comme je l'indiquai dans le bulletin précédent, pour l'association, l'enjeu est de savoir quelle sera sa place dans le fort à l'issue de la redistribution fonctionnelle des locaux : en effet si demain cette redistribution consiste à n'y créer qu'un lieu de vie, à la fois espace patrimonial et gîte, alors Cap Vrai n'aura pas réellement de raison de continuer à y être présent, les activités patrimoniales n'étant pas spécifiquement de sa compétence. En revanche si dans le processus un espace convivial dédié à l'accueil des plaisanciers et dans lequel Cap Vrai peut y présenter ses activités, alors l'association demandera à continuer à être présente au fort. En attendant merci à vous tous qui assurez des permanences au fort d'Hoëdic de juin à septembre et y accueillez si chaleureusement les quelques 6000 visiteurs annuels !

Hubert Rossignol  
Président de Cap Vrai

## Le mot du conseiller spirituel

### Le Père... le monde ...l'Église

Trois mots que l'on trouve dans les couplets du chant " Si le Père vous appelle".

*Si le Père vous appelle à aimer comme il vous aime*

*Si le monde vous appelle à lui rendre une espérance*

*Si l'Église vous appelle à répandre l'Évangile ...bienheureux êtes vous...*

Et si ces trois phrases nous aidaient à relire notre action au sein de Cap Vrai ? Dans l'intuition du Père Mesnard, notre fondateur, Cap Vrai est une réponse particulière, originale, à ce triple appel.

**Un appel du Père** pour que son règne vienne sur la terre ... comme en mer !! Le projet de Dieu qui nous a confié la Création n'est-il pas que notre "maison commune" soit un lieu où il fait bon vivre pour tous les hommes ? Vision utopique certes dans le contexte égoïste actuel où chacun cherche à tirer son épingle du jeu et à profiter de tout sans se préoccuper de ce dont sera fait demain. Mais l'immensité de la tâche ne doit pas nous empêcher de faire notre part, comme le colibri n'apportant qu'une goutte d'eau pour éteindre l'incendie dans la forêt. Cap vrai n'est qu'une goutte d'eau mais nous participons à notre mesure, avec de milliers d'autres colibris à travers le monde, à éteindre l'incendie. **Cap Vrai est une réponse à l'appel du Père.**

**Un appel du monde** à lui rendre une espérance, dit l'un des couplets de notre chant. L'espérance est comme un ressort qui nous pousse à nous lever, à avancer sans nous laisser déstabiliser par les épreuves. Quand nous permettons à des personnes, jeunes ou adultes, de manœuvrer et barrer un bateau, nous leur permettons de grandir en confiance, d'oser vivre l'aventure au-delà des limites qu'ils se sont donnés ou que la société leur a donné. Quand nous accueillons ces personnes à notre bord, nous leur faisons faire l'expérience d'une fraternité, d'un partage désintéressés, une expérience à l'opposé de ce qu'ils vivent souvent dans leurs cités. **Cap Vrai est une réponse à l'appel du monde.**

**Un appel de l'Église** à répandre l'Évangile. L'Évangile ne flotte pas dans l'atmosphère, retombant sur tous les terriens au gré des vents et des précipitations ! L'Évangile a besoin de messagers qui sachent rejoindre les différentes couches de notre société, et leur parler, qui sachent rejoindre les personnes jusque dans leurs loisirs. Depuis bientôt 70 ans, l'Église a mis en place une Pastorale du Tourisme et des Loisirs aux multiples facettes. Cap Vrai est l'une de ces facettes. Notre présence au Nautic, au Mille Sabords ou au Grand Pavois et les messes que nous y célébrons avec d'autres Mouvements nous situent bien dans une mission d'Église. **Cap Vrai est une réponse à l'appel de l'Église.**

Avec vos expériences personnelles, vous pourriez enrichir ces trois paragraphes autour de ces trois appels; de nombreux témoignages sur le site Cap Vrai viennent déjà renforcer ces quelques lignes.

Alors oui, même si c'est parfois difficile, exigeant, **bienheureux sommes-nous car nos noms sont inscrits dans le cœur de Dieu !**

Abbé Eric le Forestier Curé de Paimpol-Plouha - Conseiller Spirituel Cap Vrai

## Escale Baie de Quiberon

Les sorties en Mer pour la baie de Quiberon (La Trinité, Crouesty, Port Haliguen, Arzal, Penerf) ont débuté le 9 Avril 2019 par la sortie traditionnelle organisée pour le père Arnaud de Guibert et ses 15 à 22 jeunes qui partent sur Hoëdic en recollection de 3 à 4 jours. Le calendrier des sorties s'est achevé à la mi-Octobre. La météo ne nous a pas été très favorable cette année puisque nous avons dû annuler 5 sorties pour cause de mauvais temps.

En 2018 nous avons proposé des sorties à 12



Les navigants de Cap Vrai au restaurant à Locmiquelic

associations ; cette année, en particulier grâce à la **diaconie** de Vannes, nous avons pu satisfaire les demandes de 18 associations. Ces sorties sont toujours marquées par une ambiance très conviviale, détendue et avec de nombreux témoignages de reconnaissance de la part de nos invités envers les skippers et leurs disponibilités. Beaucoup d'échanges, et comme chaque année nous donnons mais nous recevons aussi énormément.



Sortie à Groix

Nous avons ainsi reçu des demandes pour 442 invités dont la plupart ont pu connaître la mer dans une ambiance toujours aussi sympathique et chaleureuse. En complément des sorties à la journée 3 croisières de 3 à 4 jours ont été organisées cette année.



Notre rassemblement annuel du mois de Mai s'est tenu le 20 mai sur 3 jours.

Il a regroupé onze bateaux qui ont permis à 70 invités d'aller visiter l'île de Groix au départ du port de Locmiquelic. La première journée a été une journée de convivialité réservée aux skippers et co-skippers, elle avait pour but de faciliter les échanges et de permettre de mieux se connaître. Les 2 journées suivantes ont été réservées aux sorties en mer de nos invités. L'escale à Port Tudy ne pose aucun problème puisque si l'on a besoin de rien il suffit d'appeler la capitainerie !...Pas de réservation pas de regroupement possible, premier arrivé premier servi. En fait chacun se place où il veut. Finalement tout se passe bien...

Actuellement l'escale de la baie de Quiberon compte 52 bateaux inscrits sur notre liste de skippers volontaires. Sur ce total 37 ont participé à au moins une sortie. Sur La Trinité 26 bateaux inscrits, 22 ont fait au moins une sortie, 4 n'ont rien fait. Certains depuis 2 ans... Le père Arnaud, sous la bannière de Cap Vrai, a aussi permis, à plus de 50 invités de connaître les joies de la mer. Enfin à signaler les visites au fort d'Hoëdic de skippers informés de nos activités et souhaitant nous rejoindre pour certains.



Le 21 Janvier 2020 à 14 h, place du Voulien à La Trinité Sur Mer, nous regrouperons l'AG avec le rapport des sorties en mer et la galette des Rois.

À nouveau, comme chaque année, un grand merci à tous les skippers et coskippers qui ont permis que notre saison 2019 soit un plein succès. Grâce à votre généreuse participation nous avons pu à nouveau satisfaire l'ensemble des demandes émises par les associations qui sont toujours très reconnaissantes de votre engagement.



**Bernard IVANOFF**  
Responsable sorties en mer Cap Vrai

## CAP VRAI AU MILLE SABORDS 2019



Le Mille sabords du Crouesty, plus grand salon nautique européen de l'occasion, a eu lieu du 31 octobre au 3 novembre 2019. La météo n'a guère été clémente pour cette 35ème édition ; elle n'a cependant pas empêché le public d'arpenter les pontons et les quais. Pour l'association ce type de manifestation est l'occasion de présenter ses activités aux visiteurs mais aussi et surtout de recruter de nouveaux adhérents. C'est ainsi que cette année une demi douzaine de contacts intéressants ont été pu être noués.

La messe de Toussaint n'a pu être célébrée dans l'enceinte du salon à la Maison du Port comme de coutume mais à l'église d'Arzon. Célébrée par le père Joseph Raoul recteur d'Arzon ; bien qu'excentrée par rapport au salon la cérémonie a rassemblé une bonne centaine de personnes.

### **Notre ami Michel Rio nous a quittés en janvier dernier.**



Michel est entré au conseil d'administration de Cap Vrai (Atlantique) en mars 1994 en charge de l'escale d'Arzon. Il mettra en place les prémices de nos sorties en mer et animera l'été de nombreuses rencontres et pots d'accueil. Il avait à cœur la présence spirituelle de Cap Vrai et organisera pendant de nombreuses années les messes du Mille Sabords et du 15 août. Son dévouement pour l'escale de Cap Vrai d'Arzon se prolongera jusqu'en 2012.

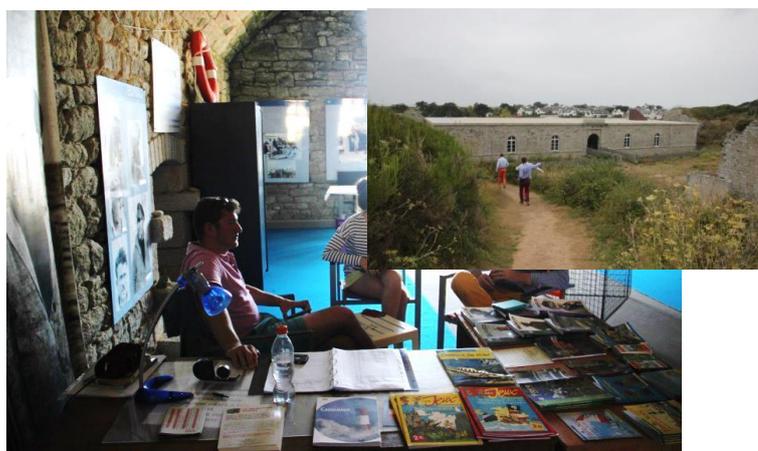
Merci Michel pour ton charisme et ton dévouement.

## CAP VRAI au SPI

Comme chaque année, l'équipe de Cap Vrai de la Trinité sur Mer a organisé et animé la messe du SPI le dimanche de Pâques.

## Escale d'HOËDIC

La saison 2019 a commencé par l'accueil au fort d'un camp d'une trentaine de jeunes organisés par le Père de Guibert (Pornic) du 9 au 12 avril. La revue Melvan 2019 a d'ailleurs consacré un article sur « 20 ans d'aventure éducative à Hoëdic » signé par lui. L'exposition a été ouverte du 30 mai au 21 septembre.



Cap Vrai a accueilli pour la première fois une très belle maquette du phare des Cardinaux ainsi que les livres sur son histoire pour soutenir la restauration de ce veilleur construit en 1875. Que les permanenciers qui ont assuré une présence continue

pendant 113 jours soient vivement remerciés pour l'accueil et l'attention portée aux nombreux visiteurs. Ceux-ci, au nombre de 6000, venant de toute la France, mais aussi du Royaume Uni, de l'Allemagne, de la Russie ou de l'Asie apprécient toujours l'exposition, le patrimoine historique et archéologique de l'île, sans oublier « l'espace navigation » de Cap Vrai pour témoigner de notre activité et le cas échéant recruter de nouveaux skippers. Les commentaires laissés dans le livre d'or parlent d'eux-mêmes, y compris en japonais

« Doumo Arigatougazaimasou - Merci beaucoup ! »

どうもありがとうございます。  
アントニー (日本)

Une réflexion sera menée en 2020 avec le conservatoire du littoral (propriétaire), la mairie, Cap Vrai, le club nautique Hoëdicais et Melvan pour le nouvel aménagement intérieur. Il s'agira pour nous de valoriser notre activité navigante au sein des salles mises à disposition.

Daniel Rivière  
Responsable escale Hoëdic

## Escale ILE DE FRANCE - Nautic 2018



Le stand de Cap Vrai était installé au fond du hall 1, à proximité de celui des Sauveteurs en Mer.

Les messes organisées par Cap Vrai se suivent mais ne se ressemblent pas.

La première qui regroupait habituellement plus de 300 personnes et un grand nombre de troupes scouts n'a réuni qu'environ 150 personnes et seulement deux troupes. La messe a été concélébrée par le père Eric Le Forestier, conseiller spirituel de Cap Vrai et le père Alexandre-Marie, de la communauté de Saint-Jean, aumônier des Pèlerins de la Mer, qui l'ont animée.

La deuxième messe a été concélébrée par le père Claude Philippe, jésuite, conseiller spirituel de Vie en Mer, et les pères Fabien Lejeusne et Xavier de Verchère, anciens aumôniers des scouts de France. Elle a été animée par des musiciens de Vie en Mer et des membres des Scouts et Guides de France qui ont accueilli la Lumière de la Paix de Bethléem qui a transité par le Nautic, avant de repartir vers les différentes paroisses parisiennes où elle était attendue. Elle a compté plus de participants que d'habitude et un grand nombre de scouts des différents mouvements.



Nous avons eu le plaisir de recevoir Bienvenu Denghou, Délégué général des scouts et Guides de France en République centrafricaine, de passage à Paris, et des membres de l'association Mer et Prière.

Au cours de ces deux messes, nous avons partagé une intention de prière pour les péris en mer et pour les pèlerins qui se sont rendus à Panama City pour les JMJ en janvier 2019 à bord des trois bateaux battant pavillon Cap Vrai qui avaient quittés la France fin août.

Nous avons eu le plaisir de compter parmi nous des Sauveteurs en Mer et, comme chaque année, le produit des quêtes a été intégralement versé à la SNSM.

À l'issue des deux messes, nous nous sommes retrouvés sur le stand pour le traditionnel verre de l'amitié. Un grand merci à l'organisateur du salon qui nous accueille dans la salle où se déroulent les deux messes.

Dix permanenciers se sont relayés sur le stand où de nombreux contacts ont été pris, dont plus d'une dizaine pour la zone Méditerranée. Dans l'espoir de créer une nouvelle escale, nous avons adressé un courrier aux contacts pris lors des trois derniers salons, mais pour le moment sans succès.

Nous serons ravis de vous accueillir sur le stand 1 K 9 pendant toute la durée du salon 2019 et aux messes qui seront célébrées les dimanches 8 et 15 décembre.

François Bohn  
Responsable escale Île de France

**N'OUBLIEZ PAS :**  
**NAUTIC 2019 Du 7 au 15 décembre**  
**Stand 1 K 9 dans le hall 1, en face de celui de la SNSM**  
**Messe les 8 et 15 décembre à 10 h 30**  
**à l'Espace 2000 dans la salle de conférence du hall 1**

## Escale de LA ROCHELLE

L'activité nautique a été sensiblement plus importante en 2019 que les années précédents : 96 personnes embarquées à bord de 8 bateaux rochelais différents.

Tant les parisiens, scouts marins et l'association Acerma, que les associations locales charentaises, La Rochelle et Saintes notamment, ont pu sortir dans de bonnes conditions ; il y aura eu trois annulations à cause du mauvais temps. Ces sorties furent pleinement réussies à la grande satisfaction des participants, ce qui justifie notre engagement pour le bonheur de nos invités. Les sorties étaient toutes des sorties à la journée sauf avec l'Acerma où la sortie a consisté en une croisière de cinq jours plutôt ventée, excellent pour aérer le corps et l'esprit !

Le Grand Pavois de La Rochelle est toujours un rendez-vous important tant pour les adhérents et ceux qui nous connaissent déjà que pour recruter de nouveaux navigateurs pour nous aider dans nos activités. Quelques bons contacts sont à confirmer pour étoffer notre flotte. Le stand fut animé par les volontaires rochelais et par notre fidèle Josette Baron.



La Messe du dimanche matin organisée comme chaque année dans l'enceinte du Grand Pavois, fût célébrée par les pères Francois Marie Marchand et Claude Babarit des Sables d'Olonne, assistés des diacres Jean Michel Raynard des Sables d'Olonne et Sébastien Beau de La Rochelle. Étaient présents les bénévoles de la SNSM de La Rochelle accompagnés, tout spécialement, par une équipe de sauveteurs des Sables d'Olonne. Présents, aussi, les scouts marins de La Rochelle et la chorale Magnificat qui a animé cette belle cérémonie.

Lors de la messe, Sébastien BEAU—fit largement référence à l'accident tragique de la SNSM survenu au printemps dernier aux Sables :

*« Les 7 sauveteurs de la SNSM des Sables par leur geste héroïque témoignent de ce geste auquel Jésus nous invite : TENIR LA MAIN ET SAUVER ? Quatre d'entre eux sont morts en portant secours, alors que la tempête Miguel secouait la mer et qu'un pêcheur originaire d'Oléron était emporté. La SNSM nous*

*rappelle d'être sans cesse toujours prêts à donner sa vie pour l'autre. Nous sommes fiers, ici au Grand Pavois, de rappeler la solidarité des gens de Mer, de rappeler que chacun est unique et sacré, dans nos cœurs et, pour les chrétiens, dans le cœur de Dieu. Tendre la main, donner sa vie, resté fidèle à son engagement ».*

Après la messe un verre de l'amitié a réuni de nombreux participants au stand Cap Vrai

Merci à tous et bon vent pour l'année prochaine.

Patrick Drouard  
Responsable escale La Rochelle

## Escale des SABLES D'OLONNE

Aux Sables d'Olonne, sous pavillon Cap Vrai, des sorties chaque mercredi de juillet et août pour des jeunes parmi lesquels cette année, Tshilembe, Reino, Agoua, Alyssia, Salman, mais aussi Ali, Khdid, Samira, Thermadine, Nino, Ana. C'était à la voile, au souffle du vent. Chaque fois le temps du pique-nique où, à partir des noms et prénoms inscrits sur le cahier de bord, s'instaure un dialogue inter-religieux, sans prosélytisme et dans le respect de la culture de chacun. L'émotion d'une toute première sortie en mer pour la plupart de ces pensionnaires d'un centre de vacances, libère la parole dans ce sentiment d'être « tous dans le même bateau » sur cette planète où vivre la joie de l'évangile au-delà des mots.



Le mardi 13 août « Avance au large », et toujours sous pavillon Cap Vrai dans les haubans, une navigation, des Sables vers Port Bourgenay et retour, avec messe à l'étape, sous les ombrages proches d'une petite chapelle. 5 navires et leurs équipages d'un jour tandis que d'autres arrivaient par le sentier côtier. Un temps fort soutenu par la Pastorale du Tourisme pour la partie spirituelle, et par l'association Mer-Avenir pour la logistique.



À la rentrée de septembre au local de l'aumônerie des gens de mer, 15 quai Garnier aux Sables d'Olonne, reprise des matinées Mer et Bible pour un partage, bible en main, sur des textes de la liturgie du jour ou parlant de la mer. Une démarche soutenue par la Mission de la Mer.

Père Claude Babarit

Responsable escale Sables d'Olonne Gilles de Rivoyre

## Escale Saint Malo

En 2019, l'escale de Saint Malo a réalisé ses deux premières sorties à la mer. Elles furent certes limitées en nombre de « blessés de la vie » accueillis. Mais ces sorties et les contacts pris au niveau local permettent d'entrevoir d'autres sorties plus importantes dans les prochaines années :

- Sortie d'une journée en juin sur le bateau de Bernard de La Villeglé pour deux pensionnaires de L'Arche « l'Olivier » de Bruz et de leur accompagnatrice. A cette occasion il a été constaté que la Rance est un superbe lieu pour naviguer avec des personnes fragiles.
- Sortie d'une semaine pour un couple de l'ACERMA en septembre avec Ker Mai de Jean-Yves Robert (de retour en juillet des JMJ à la voile). Ils ont navigué de Saint Brieuc à Saint Malo en passant par les îles anglo-normandes avec une superbe rencontre en mer, le Belem .



Cap Vrai est maintenant inscrite au guide « Profiter de la mer et du littoral en Pays de Saint Malo » Ce guide, réalisé par « Handisolidarités » à l'attention des personnes en situation de Handicap et de leurs aidants, sera prochainement édité par la municipalité de Saint Malo en version numérique et papier. L'association « Emeraude Voile Solidaire » qui arme le catamaran Ephata de Yann Bucaille (Café Joyeux) et qui reçoit trop de demandes, pourra se délester de sorties à la mer qu'elle ne peut assurer elle-même, se réservant les handicapés non marchant pour lesquels le bateau est conçu.

Eric de La Grand'rive  
Responsable escale Saint Malo

## Procurez-vous le livre du Père Mesnard, fondateur de Cap Vrai



Adressez votre demande accompagnée d'un chèque de 14 €  
à l'ordre de CAP VRAI (frais d'envoi compris) à :  
CAP VRAI 29 Impasse du Kroez Hient, SARZEAU 56370

## Témoignage

Regard de Jahid



« On était 6 personnes, 2 encadrants. On est partis en Bretagne, sur les côtes, on était accueillis par des personnes charmantes qui nous ont hébergés sur leurs bateaux à voile. On est allés à Vannes, on a mangé et passé la soirée là-bas. 2<sup>e</sup> jour, on a pris la mer direction Hoëdic, une île. C'était un petit village sympa et charmant, avec des constructions à l'ancienne, l'église était charmante, et les vitraux super ! On a eu un peu l'histoire du village. On est partis manger au restau, on a goûté aux galettes et aux crêpes, spécialités bretonnes. J'ai pas trop aimé le cidre, trop sucré...

On est allés sur un île vierge, sans voiture, j'étais content de ça ! il y a eu du soleil, on en a profité après les jours de mauvais temps. Et on a roulé presque 9h pour le chemin du retour, après la surprise de l'apéro aux huîtres !

On était vraiment comme une famille, il n'y avait pas de différence entre nous, les gens

étaient très accueillants et souriants ! Esprit de famille, on était bien ! J'ai oublié un peu la pression d'ici. C'était la première fois que je montais sur un voilier, avec un formateur super sympa qui m'a fait confiance. C'est rare, et ça restera gravé.

Je remercie les organisateurs et les encadrants, Antoine et Camille, ils étaient plein de soin !



**Pour tout savoir sur CAP VRAI :**

**actualité, rendez-vous, réalisations, histoire...**

**consultez le site :**

**[www.capvrai.fr](http://www.capvrai.fr)**