

LA MAISON DE L'ALIMENTATION FAIT ESCALE À PLOUGUERNEAU

TI AR BOUED MAT EN EM GAVET E PLOUGERNE !

Pour son étape au Pays des Abers, la Maison de l'Alimentation s'installe à Plouguerneau du 22 mars au 10 avril 2023. L'association « Aux Goûts du Jour » qui porte ce projet itinérant, mettra à l'honneur les produits et les métiers de la mer, caractéristiques de l'identité et de l'attractivité de notre territoire des abers.

Avec ses 45 kilomètres de côtes, ses 7 ports et ses nombreuses entreprises spécialisées dans la valorisation des ressources marines locales, la commune de Plouguerneau a été choisie par « Aux Goûts Du Jour » pour son étape « aberoise », dédiée à la mise en valeur des produits et métiers de la mer.

Plus qu'une étape, cet événement constitue un temps fort du programme européen dénommé « DLAL FEAMPA » qui s'étend sur tout le Pays de Brest et dont l'objectif est d'encourager la consommation locale des produits sur le territoire.

DES ANIMATIONS... AU GOÛT IODÉ !

Pour la mairie de Plouguerneau, l'accueil de la Maison de l'Alimentation s'inscrit surtout dans son projet alimentaire (PAT). Cette démarche concertée qui pousse la collectivité et ses partenaires à agir en faveur de la souveraineté alimentaire des habitants et d'une alimentation et agriculture durables, nourrira les nombreuses actions gratuites prévues tout au long des 15 jours de bivouac en cœur de bourg : **des ateliers de cuisine pour apprendre à cuisiner au quotidien des produits de la mer ; un jeu d'énigme géant à résoudre avec des lots à la clé ; des visites instructives et des rencontres passionnantes d'actrices et d'acteurs du coin...** Bref, de quoi donner envie de se mettre aux fourneaux et/ou de s'attabler pour bien manger !

> La Maison de l'Alimentation sera ouverte au public du mardi au samedi de 10h00 à 18h00, sauf le jeudi où la maison ouvrira et fermera une heure plus tôt, soit de 9h00 à 17h00. Animations gratuites et ouvertes à tous. Programme complet sur www.maison-alimentation.com

LA MAIRIE SE PRÉPARE À OPÉRER SA MUE



Les travaux de rénovation thermique de la mairie vont démarrer à compter du 27 mars prochain et s'étaleront jusqu'en fin d'année. Ils comprennent notamment la réfection de l'enveloppe extérieure et le remplacement des huisseries. **La mairie restera accessible durant toute la phase chantier. Les mariages seront célébrés en salle 7 de la maison communale jusqu'à la fin de l'année.**

BONNE FÊTE À TOUS LES PATRICK !



Venez fêter la Saint Patrick avec MichMich Warzao ce samedi 18 mars à la Maison de la mer au Korejou à partir de 19h00. *Session irlandaise ouverte à tous. Buvette et petite restauration sur place.*

COLLECTE DES DÉCHETS DASTUM AR RESTACHOU

Contact « Gestion des déchets » du
Pays des Abers : **02 22 06 00 90**.

PROCHAINES COLLECTES :

- Zone B : jeudi 16 mars (impair)
- Zone A : jeudi 23 mars (pair)

CUISINE MUNICIPALE ROLL BOUED AR SIZHUN

LUNDI 20 MARS : potage*, salade
aux 3 fromages, omelette *bio* &
carottes Vichy *bio et locales*, fruit *bio*.

MARDI 21 MARS : potage*,
betteraves *bio et locales*, rôti de
veau *local et bio* & pâtes *bio*, yaourt.

MERCREDI 22 MARS : potage*, duo
de choux *bio et locaux*, saucisses de
Francfort & blé *bio*, fromage *bio*.

JEUDI 23 MARS : potage*, salade *bio*
et locale, lasagnes végétariennes,
fromage et liégeois au chocolat.

VENDREDI 24 MARS : velouté de
légumes *locaux*, croque-chèvre*,
poisson du jour *local* & écrasé de
pommes de terre *bio*, yaourt *bio et*
local aux fruits.

SAMEDI 25 MARS* : potage,
houmous d'avocat, andouillette &
légumes grillés, fromage et compote.

DIMANCHE 26 MARS* : potage,
jambon cru, roastbeef & pommes
pins, yaourt et salade de fruits.

NOUVEAU : Pour connaître la composition
des menus, téléchargez l'application Nona
> plouquerneau.bzh/application-nona

* portage de repas

INFORMATIONS DIVERSES KELEIER A BEP SEURT

> **RÉSEAU ÉLECTRIQUE** : Des
coupures d'électricité pourraient
intervenir **jeudi 30 mars 2023 entre**
8h30 à 12h30 dans les quartiers et
lieux-dits suivants : **Kreac'h Losked et**
Kervenn.

CITOYENNETÉ | KEODEDOURIEZH

JOURNÉE DÉFENSE ET CITOYENNETÉ : PENSEZ À VOUS FAIRE RECENSER !

Depuis janvier 1999, tous les jeunes Français, garçons et filles doivent se faire recenser auprès de la mairie de leur domicile, ou au consulat s'ils résident à l'étranger. Cette obligation est à effectuer dans les 3 mois qui suivent leur 16^{ème} anniversaire. Si vous avez plus de 16 ans et moins de 25 ans et que vous n'êtes pas encore recensé, présentez-vous à la mairie de Plouguerneau pour régulariser votre situation.

- **Pourquoi ?** Cette démarche facilite l'inscription sur les listes électorales et déclenche la convocation à la Journée Défense et Citoyenneté (JDC).
- **Quand ?** Tous les Français.e.s ont l'obligation de se faire recenser entre la date à laquelle ils atteignent l'âge de 16 ans et la fin du troisième mois suivant.
- **Comment ?** Se présenter en Mairie avec une pièce d'identité et le livret de famille. Une fois recensé, le jeune obtient une attestation de recensement indispensable pour l'inscription à des concours ou examens soumis au contrôle de l'autorité publique (conduite accompagnée par exemple).

Environ un an après, il sera convoqué à la Journée Défense et Citoyenneté où il obtiendra un certificat de participation. Celui-ci remplacera l'attestation de recensement. *Plus d'infos sur urlz.fr/11d5*

TRAVAUX PUBLICS | LABOURIOU AR GUMUN

NOUS AMÉLIORONS VOTRE CADRE DE VIE

C'EST TERMINÉ

- > Remise en état de la tribune du terrain de football
- > Curage des fossés et accotements au Grouaneg
- > Traçage des lignes du terrain C de football

C'EST EN COURS

- > Vérification des alarmes incendie des bâtiments
- > Travaux de rénovation

- thermique des écoles publiques
- > Rénovation des sanitaires de la grève blanche
- > Entretien des massifs fleuris
- > Inventaire cartographique pour la gestion différenciée des espaces verts
- > Aménagement d'un espace convivial au Korejou (projet budget participatif)

ÇA VA DÉMARRER

- > Travaux de rénovation thermique de la mairie
- > Préparation des espaces verts de la mairie en vue des futurs travaux
- > Busage prévu à Kergongar
- > Busage et pose de bordures à Korn Mikel
- > Opération de corps-morts au Korejou



ÉVÉNEMENT | DARVOUD

POUR TOUS, AVEC TOUS.

Dans le prolongement de la journée nationale du sport et du handicap, la mairie de Plouguerneau s'associe au challenge « Faire du sport autrement » comme 11 autres communes du territoire. Imaginé par le Collectif29 « Accueillir la Différence », cet événement se déploie autour de quatre activités sportives en équipes mixtes, mêlant des joueurs ordinaires et d'autres en situation de handicap. Rendez-vous le samedi 25 mars 2023 dès 9h45 à la salle Jean Tanguy.

Convaincu que l'inclusion sociale ne se décrète pas mais se prépare et se construit avec tous les acteurs de la vie citoyenne, le Collectif29 « Accueillir la Différence » a créé un challenge sportif pour tous et avec tous, « valides » et personnes ayant des déficiences physiques ou intellectuelles. L'objectif est bien de se dépasser ensemble sur des épreuves sportives comme :

- du **cécifoot** sur le terrain d'athlétisme de Kroaz Kenan par l'Espérance football et l'Espace jeunes (dès 8 ans) ;
- du **yoga sur chaise** à la salle Jean Tanguy suivi d'une **marche avec ramassage de déchets** par Skol Run ;
- d'une **initiation au hockey** par le club Pagan.

Plus qu'une journée symbolique, une occasion unique de « faire société », de faire évoluer les mentalités surtout !

> La mairie de Plouguerneau remercie l'Espérance football, le Club Pagan, Skol Run et l'Espace jeunes.



INFORMATIONS PRATIQUES

Épreuves ouvertes à tous, sans inscriptions. Rendez-vous sur place. Temps d'échanges, moment musical et remise de récompenses clôtureront la matinée en présence de la troupe de Théâtre du Sémaphore de Brest. Sous le parrainage d'Arnaud Le Deun, médaillé d'argent au championnat de France de longe côte en parasport.

~ GRATUIT ~

ATELIER ÉNERGÉTIQUE | ATELIER ENERGIEZH

DÉCRYPTER VOS FACTURES D'ÉNERGIES POUR CHOISIR LES BONS CONTRATS !

À l'heure où le prix des énergies flambe, de nombreux habitants appréhendent de recevoir leurs factures de gaz et d'électricité et se questionnent sur le choix de leurs contrats d'énergies. Pour mieux s'y retrouver, Ener'gence* propose un atelier le mardi 28 mars à 18h30 à la Médiathèque de Landéda.

* L'agence Energie Climat du Pays de Brest



INSCRIVEZ-VOUS !

.....

Inscription : urlz.fr/l1m0

Gratuit. Places limitées.

.....
Cet atelier vise à mieux comprendre le contexte énergétique français et breton, les acteurs de l'énergie et l'évolution des prix à laquelle nous faisons face aujourd'hui. Les participants seront invités à décrypter des factures de gaz et d'électricité et à balayer ensemble les points d'attention pour choisir un fournisseur et un abonnement le plus adapté aux besoins.
.....

ESPACE CULTUREL ARMORICA | KREIZENN SEVENADUREL

"PÉPÉ BERNIQUE"

DIMANCHE 19 MARS 2023 | 17H00 | THÉÂTRE D'OBJETS DESSINÉS



« Pépé Bernique », c'est le récit de la relation entre un pépé et sa petite fille à différents moments de leurs vies. L'une grandit, l'autre vieillit. Les deux, d'une certaine manière, se construisent ensemble. Ces instants, tout simples et pourtant très forts, prennent vie sur scène à travers les mots de la comédienne Marina Le Guennec et les dessins de l'illustratrice Agathe Halais. Ensemble, elles animent une foule de petits objets parfois inattendus (assiette, mouchoir, petite voiture), empilent des cubes, les assemblent et les couvrent de dessins... L'illustratrice opère à vue, teste, déplace, esquisse, dessine une grande fresque pendant que la comédienne nous raconte cette jolie relation.

INFOS PRATIQUES

Par le Collectif Les Becs Verseurs. Durée : 45 min. Tarifs : 4€/6€/10€ en formule duo. Réservation sur billetterie.espace-armorica.fr



THÉÂTRE D'OBJETS | C'HOARIVA TRAEZOÙ

« TOUT EST CHAMBOULÉ »

MERCREDI 22 MARS | 9H30 & 10H45 & 16H | ARMORICA

~ DÈS 1 AN ~

~ X3 SÉANCES ~

Des cubes et des animaux, une fille et un garçon. Ce spectacle propose aux plus petits d'entre nous de s'amuser, construire, déplacer, porter, se cacher, se créer un imaginaire, ses espaces et chemins. Ils inventent, explorent, par le plaisir du jeu !



INFOS PRATIQUES : Par la Compagnie En attendant. Durée : 25 min. Tarifs : 5€/7€ en formule duo. En partenariat avec la CAF, Très Tôt Théâtre et le RPE Lannilis, Landéda et Plouguerneau.

MÉDIATHÈQUE | MEDIAOUEG

VOS RDV

JE HAIS LES GOSSES

vendredi 17 mars | 18h00-19h00

Puis-je avouer ne serait-ce qu'un instant à quel point « JE HAIS LES GOSSES ! » Et vous ? Venez suspendre ce tabou pendant une heure et libérer l'incorrect qui sommeille en vous... Tout ce que vous n'avez jamais osé penser sur les gosses... Textes lus par Serge, Alain, Béatrice et Christine accompagnés par Denis à la guitare. Ouvert à tous & gratuit.

JOURNAL DU RENARD PAGAN

samedi 4 février | 10h30

Le comité de rédaction composé de journalistes en herbe, se retrouve autour de Brigitte. Il n'est pas trop tard pour commencer. Bienvenue aux enfants ! *Gratuit.*

CAFÉ-BD AU BAR HA GWIN

samedi 18 mars
15h00-17h00

Nouvelle rencontre pour échanger autour de la BD avec pour point de départ le prix Du vent dans les BD. *Gratuit et ouvert à tous, en toute simplicité.*



ÉCHANGE DE LECTURE

mercredi 23 mars | 10h00-12h00

Vous pouvez rejoindre le groupe de lecture pour échanger à propos du livre « Danseur » de Colum McCann. *Ouvert à tous.*

LA PLUME organise une permanence les mardis de 9h30 à 11h30 à la Médiathèque. Des bénévoles sont à votre disposition pour la rédaction de courriers personnels ou administratifs. Ils vous proposent aussi un accompagnement à vos démarches par internet. Gratuit.

ILIZ KOZ : Site médiéval (église, cimetière, presbytère) désensablé Streat an Iliz. Ouvert les dimanches et les jours fériés de 14h30 à 17h. Pour les groupes, réservation par téléphone au 02 98 04 70 93.

PAS : Braderie le samedi 18 mars de 9h00 à 12h00 à la Boutik au 2 bis rue Kenan UHELLA. Vente à petits prix de vêtements enfant et adulte, linge de maison, articles de puériculture et de mercerie. Entrée gratuite, ouverte à tous. Contact : 06 73 52 90 23.

ASSOCIATION PLOUGUERNEAU D'HIER ET D'AUJOURD'HUI (PHA) : L'Assemblée Générale de l'association aura lieu le jeudi 16 mars à 18h00 à la salle des associations à Lilia. Cette assemblée est ouverte à toute personne intéressée par l'Histoire, la culture et le patrimoine de Plouguerneau : circuits de découvertes, entretien du petit patrimoine (balisage des chemins, lavoirs, croix, etc.), rédaction d'articles, etc. Découvrez nos activités sur plouguerneau.net

RECYCLERIE ADIMPLIJ : Place à la réparation ! Avant de jeter vos appareils qui ne fonctionnent plus, venez les faire diagnostiquer par une joyeuse équipe de bricoleurs, ils tenteront de les faire revivre ce samedi 18 mars de 14h00 à 17h00 à Kergratias. Gratuit.

DETENTE AUX ABERS organise son Assemblée Générale annuelle mardi 21 mars à 10h00 à l'Ehpad des Abers, à Plouguerneau. Vous disposez de temps et désirez participer aux animations ou ateliers tels chants, lecture, loisirs créatifs, jeux de société, balades, tricot, pâtisserie... ? Vous êtes les bienvenus.e.s.

LE COLLECTIF HUMANITÉ « 100 POUR 1 TOIT » a le plaisir de vous inviter à son assemblée générale le 23 mars 2023 à 19h30 à la salle des Associations-Owen Morvan à Lilia Plouguerneau.

LE JUMELAGE ANGLAIS organise son traditionnel Fish & chips le samedi 1^{er} avril à 19h00 à la salle des associations de Lilia et vous convie à nous rejoindre à cette soirée. Inscription auprès de Sylviane notre secrétaire au 06 74 43 24 68 ou sur plouguerneau.stgermans@orange.fr avant le samedi 25 mars, dernier délai. La soirée sera animée par le groupe VeriT.

RESTOS DU CŒUR : La campagne d'été 2023 des Restos du Cœur de Lannilis se déroule jusqu'au 14 novembre 2023. Une distribution hebdomadaire est organisée chaque mardi jusqu'à la fin de la campagne. Les inscriptions se feront de 9h30 à 11h30 tous les mardis. Les personnes désirant bénéficier de l'aide apporteront les justificatifs de leurs charges, de leurs ressources et de leur identité. Restos du Cœur 2 Allée Verte. Contact : 09 62 13 99 14 ; restoducoeur.lannilis@orange.fr

ENTRAIDE POUR LA VIE : L'association propose des ateliers de mieux-être sur le thème de la « confiance en soi, estime de soi et Amour de soi ». Lors de ces ateliers, nous accueillerons nos émotions, nous explorerons nos besoins et nos qualités à travers des jeux, des outils de libération des émotions, des techniques de respirations. Ils auront lieu les samedis 25 mars, 15 avril et 13 mai de 14h à 16h30 à L'Espace Louis Coz, salle Ty Melen, à Plabennec. Tarif : 90€ les 3 ateliers. Renseignement et inscription : Solen Lozach au 06 61 16 54 44 ou à solen@eft-massage.fr

MUSIQUES ET CULTURES : Les élèves se regroupent avec leurs enseignants pour deux moments musicaux très variés. Pour découvrir ou redécouvrir

des œuvres réorchestrées de manière originale, ils vous attendent samedi 25 mars, salle des associations de Lilia. Concert de musiques amplifiées à 15h30 et un concert de musiques du monde à 18h00. C'est gratuit !

L'ESPÉRANCE DE PLOUGUERNEAU vous propose un « couscous » avec animation musicale, le samedi 1^{er} avril, à partir de 19h00, à l'Espace culturel Armorica. Tarifs sur place (service à table) : 13 € (couscous, dessert, café) et 9 € (enfants de moins de 12 ans) ; à emporter : 10 € (récipients fournis). Inscriptions et règlement jusqu'au mardi 28 mars inclus, au Bar ha Gwin, au Rallye-bar, au Café Basyl et à la buvette du Complexe sportif de Kroaz Kenan.

ABERS SOLIDARITÉ organise, le lundi de Pâques, une randonnée pédestre caritative, au profit de l'AFM Téléthon. Rendez-vous le 10 avril 2023 à partir de 8h30 (jusqu'à 11h30) à la salle de Kergroas de Lannilis. 3 circuits au choix de 5,12 ou 16 kms : marche et course à pied sur les mêmes circuits. Ravitaillement sur le circuit. Participation minimale de 5 €.

L'ASSOCIATION NUIT DE NOCES vous propose le samedi 25 mars à 20h30, un concert de Duo d'ici. L'auteure-compositrice-interprète Nicole Hugues et son complice Michel Kermarec à la guitare et au clavier vous attendent pour partager leurs émotions et ressentis face à la vie, l'amour, le temps qui passe... Le tout dans un mélange de joie et de mélancolie, caractéristique de la culture celtique. Entrée au chapeau.

TI AR VRO BRO LEON propose une matinée pour cuisiner en breton un menu de printemps. Vous serez guidés et conseillés par Dylan Simon, cuisinier et bretonnant. Le samedi 18 mars de 9h00 à 12h30 suivi de la dégustation à la salle communale de Guissény. 30€/participant. Inscription obligatoire : 07 60 86 38 66 ou buhezin.tiarvroleon@gmail.com

~ RETOUR SUR ~

DÉTENTE AUX ABERS

MARDI GRAS À L'EHPAD

Le 21 février dernier, les résidents de l'Ehpad ont respecté la tradition du Mardi gras, journée célébrant pour les uns la fin de l'hiver et pour les chrétiens l'entrée dans le Carême. Cette journée

était, autrefois, l'occasion de vider ses réserves et de manger tout ce dont on serait privé durant des semaines et principalement la viande (« Carne levare » en latin qui signifie enlever la viande). Le carnaval est donc le point d'orgue de cette journée. Tout est permis : on se déguise, on dissimule son visage, on porte un masque, on s'amuse. À l'Ehpad, un groupe de résidents aidé de l'animatrice et des bénévoles avait réalisé des masques colorés, agrémentés de plumes ou de froufrous. Mardi, une grande partie des résidents, des soignants et des bénévoles ont joué le jeu, les uns costumés, les autres masqués. *Et si ce carnaval n'a pas eu le faste de celui de Venise, de Nice ou de Dunkerque, à l'Ehpad, on s'est bien amusé !*



Christine Abjean

LÉGENDE FM organise un concert « Sur la route de Michel Corringe », le jeudi 27 avril 2023 à 20h30 à l'Espace Armorica. Entrée : 19 €. Billetterie : Offices de tourisme des Abers, Dialogues Musiques Brest et sur billetweb.fr/sur-la-route-de-corrige Contact : denis.quiviger@wanadoo.fr

ÉDUCATION | DESKADUREZH

SAINTE THÉRÈSE : L'école vous ouvre ses portes le vendredi 31 mars entre 16h45 et 19h00. Au programme : visite guidée de l'établissement, ateliers pour les enfants, parcours de motricité, vernissage du projet d'arts plastiques et pot de l'amitié. Venez découvrir notre école avec votre enfant de manière ludique! La directrice vous propose également des visites individuelles sur rendez-vous. Contact : Mme Hirrien au 02 98 04 70 06 ou par mail à saintetherese.lilia@orange.fr

SPORTS | SPORTOÙ

LE CLUB NAUTIQUE (CNP) tiendra son assemblée générale le samedi 25 mars à 18h00. Les stages de pâques

en planche, catamaran et optimist auront lieu du lundi 17 avril au vendredi 21 avril. Renseignements sur cn-plouguerneau.com

ESPÉRANCE DE PLOUGUERNEAU : 18/03 : U6, U8, U9 : Entraînements de 10h30 à 11h30 ; U7 : Plateau à St Laurent (terrain du Spernot), début à 14h00 ; U11 Real : Championnat Intersecteurs se déplace à Brest contre l'AS Brestoise, début à 12h00 ; U11 Chelsea : Repos (voir site) ; U11 PSG : Championnat D3 se déplace à Brest contre St Laurent, heure et lieu à définir (voir site) ; U13 A : Championnat D2 reçoit GJ 3 Baies Guissény, début à 13h00 ; U13 B : Championnat D3 reçoit Plouider, début à 11h00 ; U13 C : Championnat D5 reçoit Plouider 2, début à 13h00 ; U15 A : Championnat D1 reçoit GJ Rive Droite Brest, début à 15h30 ; U15 B : Match amical se déplace au GJ 3 Baies, début à 14h00 ; U17 : Championnat D2 reçoit l'AS Landéda, match à 15h30. 19/03 : Seniors A : se déplace à SP Milizac, match à 15h30 ; Seniors B : reçoit GSY Bourg Blanc B, match à 15h30 ; Seniors C : se déplace à Brest contre l'Étoile St Laurent C, match à 13h30 ; Loisirs : reçoit Kerlouan Plounéour, match à 10h00.

LE DOJO DES ABERS organise un grand gala le samedi 8 avril à 18h30 à Plabennec, salle René Le Bras (près du collège Nelson Mandela) pour fêter ses 50 ans. Les différentes pratiques d'arts martiaux du club seront présentées par des champions internationaux avec la complicité des professeurs et des adhérents actuels de tous âges des salles de Bourg-Blanc, Lannilis, Plabennec, Plouvien, Plouguerneau et Ploudalmézeau. Cette grande fête exceptionnelle sera l'occasion de réunir l'ensemble des adhérents, actuels ou anciens, leurs familles et les sympathisants du club. Entrée gratuite, buvette et petite restauration. Plus d'infos sur la page Facebook @dojodesabers et sur le site www.dojodesabers.fr

RUGBY CLUB DE L'ABER : 18/03 : École de rugby : entraînement au Grouaneg de 10h00 à 12h00 ; Cadets et juniors : Championnat national à Caen. 19/03 : Rugby sans contact : entraînement de 10h30 à 12h00 au Grouaneg. 22/03 : M10-M12-M14 : entraînement au Grouaneg de 17h30 à 19h00.

Activités commerciales · Ar stalion marc'hadourezh

VIVIERS DE BASSINIC : Plateaux de fruits de mer, crustacés, poissons et coquillages. Ouvert du mardi au samedi de 9h00 à 12h00. Commandes par téléphone au 06 83 87 66 69.

VIVIERS BRETONS sont ouverts du lundi au samedi de 8h00 à 12h00. Vente de poissons, crustacés et coquillages. Réservation plateaux de fruits de mer et cuisson au 02 98 04 62 43 ou au 06 07 19 65 71 ou par mail à viviersbretons@orange.fr

BAR HA GWIN : Vendredi c'est la Saint Patrick ! Venez la fêter avec nous et vous faire gâter par Coreff. Kilt apprécié !

JEAN-MARC PICHON : Abattage, élagage, soin aux arbres, vente de paillage. Contact : 06 74 40 97 02 ou impich@orange.fr

YANN FOURÉ : Rénovation intérieure maison, peinture, carrelage, parquet. Tél. : 06 60 52 41 80.

AVEL COIFFURE LILIA : Le salon sera fermé pour congés du 20 au 27 mars. Réouverture mardi 28 mars à 9h00.

IMMOBILIER-ANNE-FRANÇOISE-MANACH-EI-CAPIFRANCE : Bien vendre c'est important ! Une expertise, de la visibilité, plus de proximité, je suis là pour vous accompagner ! Contact : 06 81 48 42 92 ou af.manach@capifrance.fr

ORANGE BLEUE : Faire une activité sportive adaptée sur ordonnance médicale, cela est possible avec un coach sportif diplômé ! Alors nous sommes à votre disposition pour vous accompagner à retrouver forme et santé au quotidien. Votre club de sport et bien être L' Orange Bleue de Lannilis. Rendez-vous au 02 98 30 57 26 ou par mail à lorangebleuelannilis@gmail.com

HARMONIE VITALE : Karine vous accueille lors de La Renanaise Musicale le 19 mars à St-Renan : séances express relation d'aide sur le stand, ateliers découverte gratuits sur réservation à 11h Chant vibratoire et 16h00 Chant « le yoga du verbe ». Tél. : 06 37 59 25 79 www.karineseban.com

MUTUALE, mutuelle communale pour les habitants de Plouguerneau et les personnes qui y travaillent assurera une permanence le mardi 18 avril 2023 à l'espace de vie sociale de Plouguerneau. Devis et comparatifs individuels gratuits, rencontre sur rendez-vous au 06 77 55 89 85.

MANUÉLA ROUCOUSE : Nouvelle activité dans votre commune avec l'ouverture d'un cabinet de psychothérapie Gestalt-thérapeute. Je vous accueille dans un cadre chaleureux pour un accompagnement personnalisé pour adulte et adolescent. Sur rendez-vous au cabinet ou en visio. Tél. : 06 95 08 69 05.

Les petites annonces · Traou a bep seurt

DONNE | REIÑ

- > Piano blanc à donner. Le meuble est joli mais le piano est difficilement accordable. Tél. : 06 09 37 09 92.
- > Donne armoire 2 portes en châtaigner 130 x 200 cm, buffet 2 corps 140 x 190 cm. Tél. : 06 77 24 83 69.

AUTRE | ALL

- > Urgent, dame cherche travail pour entretenir votre intérieur personnel ou votre gîte à Plouguerneau ou environs proches. Travail très soigné et autonome. Tél. : 07 80 12 38 39 après 17h30.
- > Aide à la personne, ménage, courses, promenade, garde de nuit, expérience. Propose ses services. Tél. : 06 62 61 87 63.
- > jeune plouguernéenne cherche à acheter petite maison avec petit jardin au Pays des Abers. Tél. : 07 76 34 14 76.
- > Entretien gîtes, ménage, accueil départ-arrivée. Tél. : 07 86 04 99 70.



- > Paire de lunettes de vue octogonales avec monture écaillée à Saint Antoine le **20/01**.
- > Veste noire (Only) taille 38, près de l'Armorica, côté Douar Nevez le **26/02**.
- > Collier avec pierres de couleurs verte et rouge chez Intermarché le **06/03**.
- > Carte magnétique de voiture sous le passage Kerebel le **10/03**.
- > Clé de voiture sur le parking de la pharmacie Ti Al Louzou le **11/03**.

~ À RÉCLAMER EN MAIRIE ~

- > Femme sérieuse avec grande expérience, garde vos animaux pendant vos absences. Vie famille, jardin. Tél. : 07 86 04 99 70.
- > Ayant travaillé au service de la personne sur la commune pour des remplacements, je me lance dans le multi-services à domicile jour/nuit (ménage, courses, accompagnement ainsi que garde enfants en périscolaire). Paiement en CESU. Mère de famille 54 ans, Danielle à votre service. Tél. : 06 49 22 71 74.

VOS PROCHAINS RENDEZ-VOUS !

> 18 | 03

Braderie solidaire

9h-12h | Local du PAS

Ouvert à tou-te-s. Voir p.5

> 19 | 03

« Pépé Bernique »

17h00 | Armorica

Dès 7 ans. Voir p.4

22 | 03 > 10 | 04

Maison de l'alimentation

10h-18h | Place de l'Europe

Pour tou-te-s et gratuit. Voir p.1

> 25 | 03

Challenge sportif inclusif

9h45-12h15 | Jean Tanguy

Pour tou-te-s et gratuit. Voir p.3



Memento · Mat da c'honzoud

NUMÉROS D'URGENCE | NIVERENNOÙ PRIM

Police municipale : 02 98 45 64 81 - **Gendarmerie** : 17

Pompiers : 18 - **Portable** : 112

SNSM : 06 61 03 83 99 - **Urgence mer** : 196

Astreinte « Eau-Assainissement » : 06 08 41 49 75

Défibrillateurs : Office de tourisme, complexe sportif, salle Owen Morvan, bourg de Lilia, Maison de la mer et Grouaneg.

Conseillers départementaux du canton de Lesneven :

M. Pascal Goulaouic : Mairie de Plounéour-Brignogan-Plages

Tél. : 02 98 83 41 03 - Mail : pascal.goulaouic@finistere.fr

Mme Lédie Le Hir : Mairie de Plouguerneau

Tél. : 02 98 04 59 54 - Mail : ledie.lehir@finistere.fr

Correspondants presse locaux :

Le Télégramme : Jean-Pierre Gaillard - Tél. : 06 86 93 50 21

Mail : jeanpierre.gaillard@gmail.com

Ouest France : Florence Defretin - Tél. : 06 44 09 19 41

Mail : florence.defretin@gmail.com

Groupe politique « Plouguerneau passionnement » :

Mail : plouguerneau.passionnement@gmail.com

Blog : plouguerneaupassionnement.blogspot.com

Page Facebook : « Plouguerneau Passionnement »

Messes : **Samedi 18 mars** : messe à 18h00 à Tréglonou.

Dimanche 19 mars : messe à 10h30 à Plouguerneau. **Accueil paroissial** : mardi-jeudi-samedi de 10h00 à 11h30.

✚ SANTÉ | AR YEC'HED

Urgences : contactez le 15. **Pharmacie de service** : 3237

Pôle santé de Lilia : Dr Nollet au 02 29 00 03 67 et Dr Rietvelt au 02 29 00 03 67 (2 Mechou Brignou, place du Dolmen)

Dr Desablanc (155 Kroaz Kenan) : 02 98 84 13 45

Dentiste : 02 98 04 64 83

Cabinet médical St Michel : 02 98 04 72 60

Infirmiers : 13 Gwikerne : 02 98 04 71 94 ; 129 Kreiz Ker

Lilia : 02 98 30 02 74 ; 2 Mechou Brignou : 02 98 32 82 54

Kinés : 02 98 04 61 05 (Lilia) ; 02 98 37 17 22 (11 Gwikerne)

Ostéopathe Lilia : 02 98 04 70 03

Pédicure-podologue : 06 63 19 49 33

Psychologues : Camille Pont au 06 60 54 10 15 ;

Maxime Menanteau au 06 68 16 79 83

Taxis : Quéméner au 02 98 04 72 76 ; Laouen au 06 85 10 52 53

Ambulances : ambulances de la Côte au 02 98 04 70 43

ENFANCE-JEUNESSE | BUGALEAJ HA YAOUANKIZ

Multi-accueil : 02 98 04 58 28 ; multiaccueil@plouguerneau.bzh

Relais Petite Enfance des Abers : 02 98 37 21 28 ; 06 46 10 42 92

Assistantes maternelles : 06 70 72 26 19 ; anhinibihan.free.fr

Centre de Loisirs : 09 71 42 51 69 ; afrplouguerneau@gmail.com

Espace jeunes : 09 61 35 43 49 ; espacejeunes@plouguerneau.bzh

Point Accueil Écoute Jeunes : 06 75 82 36 29.

SOCIAL | SIKOUR AN DUD

CCAS & Pass'Ribin : 02 98 04 59 52 ou 02 98 04 71 06

Portage de repas à domicile : 02 98 04 59 52 ou 02 98 04 71 06

Espace de Vie Sociale (EVS) l'Antr'temps : 02 21 09 21 34

CDAS Lannilis : 02 98 04 02 65 / **SOS amitié Brest** : 02 98 46 46 46

ADMR Plouguerneau : 02 98 37 11 77

CLIC gérontologique Lesneven : 02 98 21 02 02

Ligue contre le cancer du Finistère : 02 98 47 40 63

Alcool assistance Plouvien : 02 98 40 02 38 ou 06 10 49 84 42

ASP-Respecte Léon : 06 04 09 57 99 ou au 06 79 03 84 92

Conciliateur de justice : 02 98 04 00 11

Service social maritime : 02 98 43 44 93

MSA : 02 98 85 79 79 / **FNATH** : 02 98 43 01 44

EMPLOI | IMPLIJ

Portail « Proche Emploi » : plouguerneau.bzh/emploi/

Maison de l'emploi du Pays des Abers : 02 90 85 30 12

Formations et emplois en agriculture (ANEFA) : 02 98 64 67 96

HORAIRES D'OUVERTURE | PEUR E VEZ DIGOR

Mairie : lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h et mardi et samedi de 9h à 12h. Tél. : 02 98 04 71 06.

- **CCAS** : du lundi au vendredi, de 9h00 à 12h00.

- **Service urbanisme** : du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00.

Médiathèque : mardi de 10h à 12h et 15h30 à 19h ; mercredi de 10h à 12h et 14h à 19h, vendredi de 15h30 à 19h, samedi de 10h à 17h en continu. Tél. : 02 98 37 13 75.

Office de tourisme : du lundi au samedi de 9h30 à 12h et de 14h à 17h30. Fermé le mercredi. Tél. : 02 98 04 70 93.

Déchetterie : du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h. Fermée le jeudi et les jours fériés. Tél. : 06 14 21 65 19.

Espaces France Services : du lundi au jeudi de 8h30 à 12h30 et le vendredi de 8h30 à 16h30 à Plabennec ; le mardi et jeudi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 et le mercredi de 9h à 12h30 sur rendez-vous à Lannilis. Tél. : 02 30 06 00 36.