

LA COMMUNE PORTE UNE AMBITION ALIMENTAIRE

À la croisée du besoin et du plaisir, manger est l'activité universelle par excellence. Chacune et chacun a forcément son mot à dire, son petit grain de sel à ajouter quand il s'agit d'alimentation. La question alimentaire a d'ailleurs pris une importance grandissante dans notre quotidien : nous sommes de plus en plus attentifs à ce que nous mettons dans nos assiettes. Pour accompagner ce mouvement, la mairie de Plouguerneau s'engage dans une démarche locale originale : le PAT pour Projet Alimentaire de Territoire.

Plouguerneau a une histoire forte avec l'alimentation et l'agriculture, inscrites au cœur du territoire et de son développement. Ici, on élève, on cultive et on sème, des champs de terre aux champs marins, depuis la nuit des temps. Consciente de cette richesse comme des nouvelles attentes des citoyens, la commune porte l'ambition d'améliorer l'alimentation de toutes et tous, une porte d'entrée vers la transition écologique et solidaire.

En s'appuyant sur un Projet Alimentaire de Territoire, l'idée serait de construire collectivement un modèle alimentaire répondant aux enjeux locaux tels que la préservation des ressources, l'éducation au bien manger, la fourniture de produits bio et/ou locaux à la cuisine centrale, la valorisation du patrimoine culinaire, etc. Cela ne se fera pas du jour au lendemain. C'est une démarche qui s'inscrit dans un temps long. Où l'on va ? Nous ne le savons pas. Le chemin n'est pas balisé. Mais c'est bien tous ensemble, agriculteurs, éleveurs, commerçants, distributeurs, associations, habitants, consommateurs, collectivités..., que nous tracerons notre voie à notre rythme pour tendre vers un système alimentaire plus durable. *À nous de composer la recette !*

UN DIAGNOSTIC EN COURS D'ÉLABORATION

Avant d'initier quoi que ce soit, il est important d'avoir une vue d'ensemble de l'alimentation au sens large à Plouguerneau. Pour y arriver, Nadège Vanderbecken a rejoint les équipes de la mairie. En stage jusqu'à l'automne, elle est actuellement en train de réaliser un diagnostic. Nous proposons à tous les habitants, en tant que consommateurs, d'y prendre part : découvrez en pages centrales de ce bulletin, un questionnaire destiné à recueillir les habitudes et besoins alimentaires des Plouguernéennes et Plouguernéens.

LE SUN TRIP : ESCALE À PLOUGUERNEAU !

Partis en juillet dernier de Lyon, les participants au Sun Trip 2020, une course contre la montre à vélos solaires, feront escale à Plouguerneau du 21 au 23 juillet prochain. Le 22 juillet ils proposeront une démonstration de vélos, suivie d'une conférence à 18h30 sur leur périple de 3000 km, à la salle des associations de Lilia. Limité à 50 personnes. www.thesuntrip.com

L'HEURE DES MINOTS : C'EST PARTI !



La commune de Plouguerneau organise, du 19 juillet au 16 août, des spectacles jeune public, à destination des familles. Dimanche 19 juillet, à 18h00, dans la cour de la maison communale, la compagnie RADIO CIRQUE présentera un spectacle de clown burlesque, intitulé "Carré comme un ballon".

Rens. au 02 98 04 70 93 / Gratuit

Attention, les places étant limitées, les inscriptions, auprès de l'office de tourisme de Plouguerneau sont nécessaires. Sans réservation préalable, l'accès au spectacle ne sera pas garanti.

COLLECTE DES DECHETS DASTUM AR RESTACHOU

Contact « Gestion des déchets » de la CCPA : **02 30 06 00 31** (ligne directe).

PROCHAINES COLLECTES :

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

CUISINE MUNICIPALE ROLL BOUED AR SIZHUN

LUNDI 20 JUILLET : potage, melon, steak haché de veau & pâtes bio, yaourt bio.

MARDI 21 JUILLET : potage, salade de tomates locales, jambon grillé & pomme de terre au four, fromage et fruit.

MERCREDI 22 JUILLET : potage, crudités variées, cheeseburger, compote et biscuit breton.

JEUDI 23 JUILLET : potage, salade verte bio, lasagnes de légumes, nectarine.

VENDREDI 24 JUILLET : potage, feuilleté à la viande, dos de colin à la normande & riz pilaf, fromage et fruit.

SAMEDI 25 JUILLET : potage, avocat, sauté de porc & pommes noisettes, flan à la vanille.

DIMANCHE 26 JUILLET : potage, assiette anglaise, langue de bœuf, pâtisserie

INFORMATIONS DIVERSES KELEIER A BEP SEURT

> **La campagne des relevés de compteurs des résidences principales et secondaire débute :** secteur Lilia les semaines 32 et 33. *Merci de dégager l'accès à votre compteur d'eau !*

> **Les permanences des référents de quartiers :** chaque premier samedi du mois de 10h à 12h.

DÉMARCHE ARTISTIQUE | KROUIÑ ARZEL

PANNEAUX POÉTIQUES : QUELLE SUITE ?



Avec le confinement, des panonceaux colorés habillés d'un mot ou d'une phrase, ont essaimé dans l'espace public. Initiée par un collectif d'artiste, beaucoup d'habitants se sont très vite saisis de cette démarche spontanée. Cela s'explique certainement par le besoin de partager quelque chose dans une période singulière. Un moyen d'expression pour évacuer les angoisses de certains, de garder le lien pour d'autres. Au final, près de **200 panneaux** sont aujourd'hui visibles aux quatre coins de la commune.

Parallèlement, la mairie via la médiathèque, lançait « **Paroles d'avenir** ». Cette initiative municipale vise à recueillir la parole des habitants sous toutes ses formes. Une sorte d'agora revisitée où les expressions de chacune et chacun nourriront la vie de la cité Plouguernéenne ainsi que les projets à venir.

En guise de point d'orgue, une restitution devrait être organisée à l'automne prochain à l'Armorica. Les panneaux poétiques y seront alors exposés après leur retrait de l'espace public courant septembre.

TRAVAUX PUBLICS | LABOURIOU AR GUMUN

NOUS AMÉLIORONS NOTRE CADRE DE VIE

C'EST TERMINÉ

- > Réfection de la voie bleue ;
- > Empierrement du parking du Reun

C'EST EN COURS

- > Renforcement de la charpente salle Owen Morvan ;
- > Modification d'une partie du revêtement du parking de l'école du Phare

ÇA VA DÉMARRER

- > Déménagement du mobilier de la cantine de l'école du Petit Prince.
- > Nettoyage du cimetière de Plouguerneau.

DES COURGETTES EN GRATIN



DK

Parce que le bien manger est au cœur des engagements de la cuisine centrale, l'équipe compose chaque jour des repas équilibrés et variés qui ont du goût. Ce mois-ci le chef, David Le Meur, vous propose un grand classique inratable : le gratin de courgettes. Un délice gourmand à savourer au déjeuner ou pour un dîner léger. Vous allez aimer !

Retrouvez chaque début de mois, la recette et l'ingrédient du mois sur plouquerneau.bzh/famille/education/menus

Ingrédients

> pour 4 personnes

- 4 courgettes
- 3 oignons
- 100 g de gruyère râpé
- 2 œufs
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 1 noix de beurre
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- Sel et poivre

Préparation

Temps Total : 30 min

Préparation : 15 min

Cuisson : 15 min

> en 6 étapes

- Émincer les oignons ;
- Les faire fondre dans le beurre ;
- Couper 4 courgettes avec leur peau. Les ajouter aux oignons ;

- Préchauffer le four à 200°C (thermostat 6-7) ;
- Mélanger le gruyère râpé, les œufs, la crème fraîche, puis saler et poivrer ;
- Mettre les courgettes dans un plat et verser par dessus la sauce et faire cuire à four chaud pendant 15 min.

CCPA

ORDURES MÉNAGÈRES : ERREUR DE FACTURATION

Un problème informatique majeur a été rencontré dans l'établissement de la dernière facture d'enlèvement des ordures ménagères. N'en tenez pas compte ! Vous avez reçu ou allez recevoir une nouvelle facture avec entête de la CCPA qui annule et remplace la première.

Si vous avez déjà procédé au paiement, ne payez pas une seconde fois : votre paiement sera pris en compte. Les usagers en prélèvement automatique seront prélevés aux alentours du 25 juillet.

UNE QUESTION ? CONTACTEZ-NOUS !

Service facturation CCPA : 02 90 85 30 18 ; facturation@pays-des-abers.fr

ESPACE JEUNES | TI AR YAOUANKIZ

QUE FAIRE EN JUILLET QUAND ON EST JEUNE À PLOUGUERNEAU ?

POUR LES 11/14 ANS

LUNDI 20 JUILLET

> **Futsal** (24 pl.)

14h-18h | salle Jean-Tanguy

MARDI 21 JUILLET

> **Tournoi de tennis de table** (24 pl.)

14h à 18h | salle de Kroaz Kenan

> **Soirée Barbecue*** (24 pl.)

19h-22h30 | Espace jeunes

JEUDI 23 JUILLET

> **Récré des 3 Curés***** (16 pl.)

10h-18h | Milizac

VENDREDI 24 JUILLET

> **Sortie voile**** (12 pl.)

16h-18h | CNP Plouguerneau

LUNDI 27 JUILLET

> **Sports** (24 pl.)

14h-18h | salle Jean Tanguy

MARDI 28 JUILLET

> **Laser Tag et Aqua West Park***** (16 pl.)

13h à 18h | St Renan

> **Soirée Burger Futsal*** (24 pl.)

19h-22h30 | Espace jeunes

MERCREDI 29 JUILLET

> **Accueil libre**

13h30-18h | Espace jeunes

JEUDI 30 JUILLET

> **Sortie à vélo** (12 pl.)

14h-17h | Espace jeunes

> **Séance yoga parents/enfants** (12 pl.)

18h-19h30 | salle de danse du complexe sportif de Kroaz Kenan

VENDREDI 31 JUILLET

> **Sortie voile**** (12 pl.)

16h-18h | CNP de Plouguerneau

POUR LES 14/18 ANS

JEUDI 23 JUILLET

> **Voile, paddle ou pêche**** (8 pl.)

CNP de Plouguerneau

MERCREDI 29 JUILLET

> **Wakeboard***** (8 pl.)

14h à 18h | St Renan

Je veux participer aux activités

> Pour participer à l'une ou plusieurs de ces activités, rends-toi à l'Espace jeunes !

Rendez-vous à l'Espace jeunes lors d'activités à l'extérieur de la commune, et sur le lieu de l'activité quand elles se déroulent sur la commune.

, **, *: activités sur inscription et payantes (voir grille tarifaire sur le site web de la mairie ou à l'Espace jeunes).*

Contact : 09 61 35 30 52 ;
espacejeunes@plouguerneau.bzh

EMPLOI | IMPLIJ

EMPLOI : UNE PLATEFORME POUR LES JEUNES !



Pour aider les jeunes à trouver un emploi, un stage ou un job d'été, le Département a mis en ligne une la plateforme finisterejob.fr

Plus de 12 000 offres sont déjà recensées. Pour les obtenir, le site repose sur deux piliers : l'agrégation d'offres déjà présentes sur le site de Pôle Emploi et l'hébergement d'offres exclusives, déposées directement par les entreprises sur le site.

Sur Finisterejob.fr, les jeunes Finistériens peuvent : consulter les offres et y répondre en toute liberté, et déposer leur CV. Ce dernier est analysé automatiquement et la plateforme oriente les jeunes vers les offres d'emplois correspondant à leur profil (principe du CV catcher).

HABITUDES ALIMENTAIRES DES HABITANTS DE PLOUGUERNEAU



leshoots



Projet Alimentaire Territorial

Vous pouvez aussi le remplir en ligne !
<https://forms.gle/HJmMXVTB34XHqYQbc9>

La commune de Plouguerneau souhaite œuvrer à la valorisation de ses productions agricoles et maritimes afin que tous ses citoyens et visiteurs puissent avoir accès à des produits locaux de qualité. Pour cela, la commune s'engage dans un projet alimentaire territorial (PAT). Il s'agit d'un projet qui s'appuie sur la participation et l'avis de toutes et tous, afin de déterminer, collectivement, les actions à mener en faveur de l'alimentation locale.

Ce questionnaire s'adresse ainsi à l'ensemble de la population de Plouguerneau, en tant que « consom'acteurs ». Ce questionnaire a pour finalité de mieux connaître vos besoins et pratiques alimentaires. Sa durée est de 15 à 20 mn (8 rubriques de questions). Une fois rempli, déposez-le en mairie avant le 15 septembre prochain. *Le questionnaire est entièrement anonyme.*

Dans quel secteur de Plouguernew habitez-vous ? Cochez la réponse désirée.

- Le bourg de Plouguernew Lilia Le Grouaneg Vous n'habitez pas Plouguernew

COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

1. Avez-vous un régime alimentaire particulier ?

- Non
 Fléxitarien (repas souvent végétarien, consommation occasionnelle de viande)
 Végétarien
 Végan
 Sans gluten et/ou lactose
 Sans porc et/ou halal
 Autre : _____

2. Où prenez-vous généralement vos repas ?

- Toujours à la maison
 Je prépare mon snack pour le midi et mange le soir à la maison
 À l'extérieur le midi (restauration) et le soir à la maison
 La plupart du temps à l'extérieur
 Autre : _____

3. Avant le Covid, à quelle fréquence déjeuniez-vous au restaurant ?

- Jamais
 Rarement (une fois par mois maximum)
 Assez souvent (plus d'une fois par mois)
 Plusieurs fois par semaine
 Tous les jours
 Autre : _____

4. Êtes-vous utilisateur d'un ou plusieurs de ces services :

- Service traiteur
 Drive ou commande internet
 Boucherie, fromagerie (vente à la coupe)
 Plats à emporter
 Livraison à domicile
 Aucun de ces services
 Autre : _____

VOS CHOIX ALIMENTAIRES

5. Quel type de repas consommez-vous en majorité ?

- Des snacks ou grignotage (sandwich...)
 Des plats surgelés, en conserve ou tout prêt
 Des pâtes ou du riz
 Des plats cuisinés "simples"
 Des repas "élaborés", faits maison, en famille
 Autre : _____

6. Quels sont vos critères d'achats pour les produits alimentaires ?

Numérotez du critère le plus important (n°1) au critère le moins important pour vous.

- Prix
 Origine du produit
 Transparence de la fabrication et de la composition du produit
 Avec peu d'emballages (en vrac...)
 Facilité de préparation/utilisation
 Aspect nutritionnel/santé
 Date de péremption
 Grande marque
 Sous label de qualité ou IGP (Label Rouge, AOP...)
 Sous label protection de l'environnement (AB, Nature et Progrès, Rainforest...)
 Juste répartition de la valeur ajoutée (commerce équitable...)
 Produits de saison
 Bonne apparence (couleur, forme, toucher...)
 Idéologie (religion, bien-être animal...)
 Autre : _____

7. Faites-vous attention aux labels ?

- Oui, je consomme - ou presque - 100% bio
 Oui, je favorise les produits sous label de qualité (bio, label rouge...)
 J'achète des produits sous label de temps en temps
 Je ne fais pas attention aux labels
 Autre : _____

VOS LIEUX D'ACHATS

8. D'où proviennent vos aliments, en majorité ?

- Intermarché Plouguernew
 Carrefour Plouguernew
 Hard Discount (Aldi, Leader Price...)
 Magasin de produits bio
 Autres GMS (Grandes et Moyennes Surfaces)
 Épicerie de Lilia
 Boulangerie
 Boucherie locale
 Autres commerces de proximité
 Marché hebdomadaire de Plouguernew et/ou à Lilia en été
 Autres marchés
 Producteurs locaux
 Autoproduction : légumes/fruits de votre propre potager
 Dons alimentaires (famille, associations, CCAS...)
 Par internet
 Autre : _____

9. Où complétez-vous votre panier alimentaire ?

- Intermarché Plouguernew
 Carrefour Plouguernew
 Hard Discount (Aldi, Leader Price...)
 Magasin de produits bio
 Autres GMS (Grandes et Moyennes Surfaces)
 Épicerie de Lilia
 Boulangerie
 Boucherie locale
 Autres commerces de proximité
 Marché hebdomadaire de Plouguernew et/ou à Lilia en été
 Autres marchés
 Producteurs locaux
 Autoproduction : légumes/fruits de votre propre potager
 Dons alimentaires (famille, associations, CCAS...)
 Par internet
 Autre : _____

PRODUITS LOCAUX

Nous considérons ici qu'un produit local est une denrée alimentaire produite sur Plouguerneau ou dans un rayon de 30km autour de Plouguerneau.

10. Quel est la part de produits locaux dans vos courses ?

- 0 à 10% 10 à 25%
 25 à 50% 50 à 75%
 75 à 100% Je ne sais pas

11. Où pouvez-vous acheter des produits locaux ?

Noms ou/et coordonnées des producteurs/commerçants/groupements d'achat que vous connaissez et les produits qu'ils proposent.

12. Comment jugez-vous la qualité des produits locaux ?

Donnez une note de 1 = très médiocre, à 5 = excellente. Entourez la note désirée.

1 - 2 - 3 - 4 - 5

13. Quelles sont les principales raisons qui limitent votre consommation de produits locaux ?

Numérotez de la raison la plus importante (n°1) à la raison la moins importante.

- Prix élevés
 Mauvaise qualité des produits locaux
 Je ne sais pas où en trouver
 Je ne veux pas me déplacer à plusieurs endroits pour ça
 Peu de diversité, choix des produits limité
 Les horaires de vente ne me conviennent pas
 Je préfère acheter bio/label/marque en grande surface
 Par habitude/ je n'y ai jamais réfléchi
 Autre : _____

VOTRE PANIER

14. Quel est le budget alimentaire hebdomadaire de votre ménage ?

- Moins de 30€ 30 à 60€
 60 à 100€ 101 à 150€
 151 à 200€ 201 à 250€
 251€ ou plus

15. À quelle fréquence effectuez-vous vos courses ?

- Plusieurs fois par semaine
 Une fois par semaine
 2-3 fois par mois
 1 fois par mois
 Autre : _____

16. Quels types de produits locaux souhaiteriez-vous acheter davantage si un producteur ou un nouveau commerçant local s'installait près de chez vous ?

Pour chacune des propositions ci-dessous, notez votre niveau d'intérêt avec les symboles suivants : intérêt très élevé (+++); intérêt élevé (++) ; intérêt modéré (+) ; non intéressé (-)

- Fruits et légumes frais
 Féculents et légumineuses
 Viande de porc
 Viande de bœuf
 Volaille
 Produits laitiers
 Œufs
 Poisson/fruits de mer
 Produits sucrés
 Conserves et bocaux artisanaux

17. Seriez-vous intéressé d'acheter ces mêmes produits en AB (agriculture biologique) ?

- Oui Non

ÉDUCATION À L'ALIMENTATION

18. Si vous avez des enfants, quelles éducation à l'alimentation leur inculquez-vous ?

- Mes enfants mangent à la cantine
 Des légumes à chaque repas
 Finir son assiette en entier avant de sortir de table
 Pas de portable, bien se tenir...
 Je leur apprend à cuisiner
 Je les incite à lire les étiquettes lors des courses

- Je les sensibilise au mode de production (bio, local, élevage intensif, condition des agriculteurs...)
 Aucune action, c'est le rôle de l'école
 Autre : _____

19. Limitez-vous votre gaspillage alimentaire ?

- Non
 Oui, en compostant mes déchets alimentaires
 Oui, en demandant un doggy bag au restaurant pour emporter les restes de mon repas
 Oui, en congelant les aliments
 Oui, en cuisinant les restes
 Oui, en donnant les restes
 Autre : _____

OPINION (FACULTATIF)

20. Selon vous, que faudrait-il faire pour favoriser la vente de produits locaux ? Numérotez du choix le plus pertinent (n°1) au choix le moins pertinent.

- Augmenter l'offre de produits locaux dans les supermarchés
 Créer un magasin de producteurs (point de vente géré directement par les producteurs)
 Créer une plateforme qui se chargerait de rassembler puis de livrer à domicile des produits locaux
 Créer un marché dédié aux produits locaux
 Créer plus d'événements autour des produits locaux
 Proposer une offre de paniers distribués au sein des mairies ou à l'Office de tourisme ou dans des points relais chez les commerçants
 Faire davantage de publicité (pancarte, flyer, signalétique ...) en faveur des commerçants qui utilisent des produits locaux
 Améliorer l'information sur l'offre des produits locaux
 Mettre en place des animations pédagogiques au cours d'événements
 Créer un catalogue de produits locaux
 Mettre en place une marque territoriale

- Créer un site internet dédié aux produits locaux
- Créer des temps d'échange avec les producteurs
- Autres propositions : _____

21. Si un espace non bâti existait près de chez vous, quelle utilisation souhaiteriez-vous qu'il en soit fait ?

- Installation d'un maraîcher
- Jardin partagé
- Parc arboré
- Parc de jeux pour enfants
- Espace sportif
- Je n'ai pas d'avis
- Autre : _____

22. Qu'est-ce qu'une agriculture ou une alimentation durable selon vous ?

23. Pour vous, qu'est-ce qu'un produit local ?

24. Selon vous, comment serait-il possible d'augmenter les liens entre les consommateurs et les agriculteurs ?

INFORMATIONS PERSONNELLES

Pour terminer, il nous serait utile de mieux vous connaître :

25. Vous êtes...

- Un homme
- Une femme

26. Combien de personnes vivent avec vous ?

27. Avez-vous des enfants à charge ?

- Non
- 1 enfant
- 2 enfants
- 3 enfants
- 4 enfants ou plus

28. Quelle est votre tranche d'âge ?

- Moins de 18 ans
- 18-25 ans
- 25-40 ans
- 40-60 ans
- 60-80 ans
- Plus de 80 ans

29. Quelle est votre catégorie socio-professionnelle ?

- Exploitants agricoles (ou retraités)
- Artisans (ou retraités)
- Commerçants et chefs d'entreprise (ou retraités)
- Cadres et professions intellectuelles supérieures (ou retraités)
- Professions intermédiaire (ou retraités)

- Employés (ou retraités)
- Ouvriers (ou retraités)
- Étudiants
- Sans activité professionnelle

30. Quel est le revenu annuel brut de votre ménage ?

- Moins de 10 000 €
- Entre 10 et 15 000€
- Entre 15 et 20 000€ (1 SMIC)
- Entre 20 et 25 000€
- Entre 25 et 30 000 €
- Entre 30 et 35 000€
- Entre 35 et 40 000€ (2 SMIC)
- Entre 40 et 50 000€
- Plus de 50 000€

SUITE DU QUESTIONNAIRE

Nous vous remercions pour votre participation. L'ensemble des formulaires de réponses sera analysé fin septembre. Une série d'entretiens sera également menée. Ces entretiens auront pour objectif de préciser certains points du questionnaire et de vos habitudes alimentaires.

31. Accepteriez-vous de nous indiquer ci-dessous un mail ou numéro de téléphone auquel nous pourrions vous joindre pour vous informer de la poursuite de l'enquête sur vos habitudes alimentaires ?

32. Seriez-vous intéressé pour accompagner, en tant que citoyen, la mise en place du PAT ?

Donnez une note de 1 = Non, absolument pas intéressé, à 5 = Oui, très intéressé. Entourez la note désirée.

1 - 2 - 3 - 4 - 5

CONTACT

Nadège Vanderbecken
stagiairepat@plouguerneau.bzh
06 66 59 63 61

ÉCOMUSÉE DES GOÉMONIERS ET DE L'ALGUE | EKOMIRDI

À LA DÉCOUVERTE DES ALGUES !

DU 1^{ER} JUILLET AU 27 SEPTEMBRE | TOUS LES JOURS | 14H-18H



IDÉAL

À la fois historique, ethnographique et tourné vers l'avenir, l'écomusée de Plouguerneau présente l'évolution du métier de goémonier, les nombreuses applications des algues du 19^{ème} siècle à nos jours et la filière algues aujourd'hui en Bretagne.

Tarifs : adulte : 5 € - réduit 3 € - famille 12€. Gratuit moins de 7 ans

LES ANIMATIONS PROPOSÉES

- > Balade découverte du patrimoine goémonier et de l'histoire des algues : tous les jeudi à 14h30 du 15 juillet au 20 août.
- > Découverte des algues sur l'estran : vendredi 24 juillet à 14h30 et mercredi 5 août à 13h00.

Réservation au 02 98 37 13 35 ou par mail à contact@ecomusee-plouguerneau.fr ou sur www.ecomusee-plouguerneau.fr

MÉDIATHÈQUE | MEDIAOUEG

LES RDV, DE L'ÉTÉ

LA BIBLIOTHÈQUE AU MARCHÉ

tous les jeudis | 10h-12h

Pendant les mois de juillet et août, la bibliothèque sera présente sur le marché de Plouguerneau, devant l'Office de tourisme, tous les jeudis matin de 10h à 12h. Ce jeudi sera « **Histoires de notre enfance** »

TRÉSORS À EMPORTER - TEÑZORIOÙ DA GAS

Un nouveau service d'emprunts de documents en mode « drive » à venir chercher à la médiathèque, dans le hall d'entrée. Le principe : vous réservez, vous prenez rendez-vous, vous récupérez votre commande et vous profitez. Livres, CD, DVD, revues, tout est réservable !

En ligne sur <http://mediatheque.plouguerneau.fr/>
La vidéo en ligne : <https://youtu.be/4OsG55oQ98U>

INÉDIT & ORIGINAL

IMAGINAIRE THÉÂTRE

LA CHAPELLE AUX CONTES

DU 11 JUILLET AU 15 AOÛT | 18H30 | CHAPELLE ST JOSEPH

Cet été, l'Imaginaire Théâtre et le comédien Sydney Bernard se lancent un défi : proposer pendant un mois, une présence artistique à la chapelle St Joseph du centre-bourg. Une manière de maintenir vivant le rapport entre public et artistes !



DR

Dans notre région le conte est encore très vivant et de nombreux conteurs enrichissent toujours le répertoire d'histoires locales ou fantastiques. L'initiative de Sydney Bernard s'inscrit dans cette héritage. Son originalité ? Associer le conte à l'univers du masque, de la science-fiction et de l'improvisation. Dans un décor original signé Patrick Chemin, assistez chaque soir à un conte différent ! **Rendez-vous à 18h30 à la chapelle St Joseph** située place de l'Europe en centre-bourg.

Tarifs : de 5 à 10 €. Renseignement au 06 23 04 32 10 ou à contact@imaginairetheatre.com

AGIR ABCD « LA PLUME » organise une permanence tous les mardis de 9h30 à 11h30 à la médiathèque. Des bénévoles retraités sont à votre disposition pour la rédaction de courriers personnels ou administratifs. Ils vous proposent également un accompagnement à vos démarches par internet. C'est gratuit, anonyme et confidentiel.

LA MAISON DE L'EMPLOI DU PAYS DES ABERS : sera fermé du jeudi 23 juillet au lundi 17 août inclus.

IPPA vous invite à une balade de découverte de l'espace dunaire et de l'estran, sensibilisation au milieu naturel, le dimanche 19 juillet. Vous nous rejoignez sur le parking de Saint Cava à Lilia à 11h30. Prévoyez un pique-nique que nous prendrons dans les jardins de la maison phare sur l'île Wrac'h. Le retour est possible jusqu'à 15h.

AR VRO BAGAN : Balade patrimoine guidée par G.Kervella (PNE et OT) dimanche 19 juillet 10h, chapelle Saint-Michel. Le site est très beau, face à la mer, La Manche, avec ses grands rochers, les Taolennou, et ses grèves de gros galets. Il est habité depuis des millénaires. La balade nous fera découvrir les vestiges du Mésolithique (Il y a 10 000 ans, abri sous roche, micro-silex) et de l'Age du Bronze (4 tumulus, 1 500 avant JC) ; l'ermitage de Michel le Nobletz (1607) est ses cartes peintes, ancêtres de la Bande dessinée), la chapelle saint Michel Archange, et la fontainede guérison Aotig ar Feunteun), les maisons de garde (Vauban) de la Défense de côtes; la croix des naufragés du paquebot Kurdistan (1910), les lieux de la pêche au mulot et du goémon. Et bien sûr toute la mythologie des Naufrages et pillages (Le Neptune en 1792 ; Le Corrèze en 1927). Evocation aussi, plus pacifique, des Pardons de Saint-Michel, des Fêtes du Bleun-Brug et autres concerts folk... Durée 2h. 5 €/ adulte.

LÉGENDE DE TRAINS reprend ses horaires de vacances. Ouverture les mercredi, jeudi, vendredi, samedi et dimanche. Séances à 15h et 16h30.

GROUPE DE MARCHÉ propose chaque mercredi une randonnée. Rendez-vous à partir de 13h30 sur le parking Carrefour Contact. Départ à 13h45. Pas d'inscription préalable et c'est gratuit. Bonnes chaussures indispensables. Programme disponible dans les supermarchés et à l'Office du tourisme. Renseignements : 06 83 32 95 19.

L'ESPÉRANCE DE PLOUGUERNEAU : propose à toutes et à tous une vente de canettes de 33 cl de boissons non alcoolisées (coca-cola, fuz tea, oasis, fanta, perrier...), à prix coûtant, le samedi 18 juillet, de 10 h à 12 h, à la buvette du complexe sportif de Kroaz Kenan.

SPORTS | SPORTOÙ

CNP : les réservations de stage d'été sont en ligne en moussaillon, optimist, planche à voile et catamaran. Tous les supports individuels sont également à la location sur réservation du mardi au samedi et aussi le dimanche après-midi : dériveurs, planche à voile, stand up paddle, supports double et plus encore. Pour nous joindre cnplouguerneau@wanadoo.fr

RUGBY CLUB DE L'ABER : nous vous convions tous, initiés, non-initiés, licenciés, non licenciés, de tous âges à nous rejoindre chaque dimanche matin de juillet et août, sur notre terrain au Grouaneg de 10h30 à 12h00, pour un moment convivial de découverte du rugby sans contact. La participation est totalement gratuite. Contact : 06 33 73 34 06 ; www.rcaber.fr

TEMPS DANSE : séances d'essais adultes cet été. Coline, notre prof de contemporain, propose aux 18 ans et plus (bien plus !), de venir découvrir ou redécouvrir la danse avec elle, les mercredis 22 et/ou 29 juillet de 20h

à 21h30. C'est gratuit, sans engagement, ouvert aux novices et aux personnes ayant eu une pratique antérieure. Inscriptions à tempsdanse.29880@gmail.com

OFFICE DE TOURISME
OFIS TOURISTEREZH

Nouveauté!

Cet été, prenez le large et partez à la découverte du territoire...voisin ! Avec le Bac an Treizh, navette maritime reliant le port de Perros (Plouguerneau) à celui de l'Aber Wrac'h (Landéda).

Tous les jours, jusqu'au 16 août. Service gratuit.

Départ de Landéda-l'Aber Wrac'h: 9h-9h30-18h15-18h45. Départ de Plouguerneau-Perros: 9h15-9h45-18h30-19h.

Jusqu'à 10 personnes et 5 vélos par traversée. Animaux acceptés. Mineurs seuls à partir 15 ans.

Tous les lundis soirs : **balade en vedette sur l'aber Wrac'h** à 20h. 10€ par personne. Réservation au 02 98 04 05 43.

Location de vélos : horaires d'ouverture de l'office de tourisme

Escape Game de l'Abbaye des Anges - Landéda :

Les mercredis et vendredis de l'été, sur réservation auprès de nous : 02 98 04 05 43.

Exposition : dentelles Nomades investi l'espace et la nature ! Venez découvrir ces installations tissées main ! Plouvien (chapelle St Jaoua), Saint-Pabu (lavoir du bourg) et Tréglonou (le pont).

Toutes nos infos :

office@abers-tourisme.com / Facebook : Office de Tourisme du Pays des Abers / Instagram : Pays des Abers

Activités commerciales | Ar stalion marc'hadourezh

VIVIERS DE BASSINIC sont ouverts du mardi au samedi de 9h à 12h. Poissons, crustacés et coquillages ainsi que les traditionnels plateaux de fruits de mer. Cuisson gratuite ! Commandez au 06 83 87 66 69.

VIVIERS BRETONS vous accueillent pour la vente de poissons, crustacés et coquillages, du lundi au samedi de 8h à 12h. Araignées moyennes 2.5€ le kg. Plateaux de fruits de mer et cuisson sur commande au 02 98 04 62 43 ou 06 07 19 65 71.

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

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

FERME PIE NOIR & CIE : magasin ouvert mercredi et vendredi 17h-19h, samedi 10h-12h. Si besoin, hors ouvertures 06 61 96 31 76 /06 84 15 04 56. Au plaisir de vous voir à Kerouderm !

CAMION PIZZA VERT sur la place de l'Europe Plouguerneau de 17h45 à 21h30 du lundi au dimanche (ermé le jeudi). Réservation conseillée afin de respecter les mesures sanitaires. Tel : 06 07 61 85 29.

DE LA BOUCHE A L'OREILLE : notre restaurant nécessite une remise en état prévue depuis longue date Réouverture le 31 août 2020.

KERGOFF EXPOSITION : A la maison de garde - Port du Korejou - tous les jours de 11h à 12h et de 15h à 18h du 6 au 20 juillet.

GLAZ EVASION : kayak et paddle, balades, descentes et location Aber Wrac'h - Aber Benoît. Contact : 07 69 89 97 27 ; glazevasion@gmail.com ; www.glazevasion.com

SURFING DES ABERS : école de surf ouvert 7j/7 pour les stages vacances, mini stages ou séance d'initiation au surf et balades-initiations paddle. Location matériel 7j/7 : surf, bodyboard, paddle, paddle géant (8 personnes). Plouguerneau, plage de la grève blanche. Contact : 06 63 87 91 73 ou contact@surfing-abers.com

MARCHÉ ÉPHÉMÈRE DE KELERDUT aura lieu sur le parking des « Viviers Bretons » le 1er août de 10h00 à 18h00. Avis aux créateurs locaux et artisans qui souhaitent exposer. Contact : 06 63 49 16 53.

OCEAN STORE de Kelerdut vous fait découvrir l'univers HOLAEN, collection de vêtements surf & camp Voile, beach bar face au phare de l'Île Vierge et club de sport (yoga, paddle). Ouvert 7j/7 de 10h à 21h.

L'ORANGE BLEUE, à Lannilis : nouveau service nutri fitness accompagnement coach sportif et coach en nutrition sur RDV. Pass de l'été pour 1 ou 2 mois. Tél : 02 98 30 57 26 ou lorangebleuelannilis@gmail.com

BIOBIGUS : Consommons bio ET local. Nouveau à Plouguerneau, vente de produits bio des producteurs du coin. Pain, viande, produits laitiers,... Commandez en ligne sur biobigus.fr jusqu'au lundi midi et venez retirer votre panier le mercredi soir sur le parking de la recyclerie St Michel de 17h30 à 18h30.

Les petites annonces | Traon a bep seurt

À VENDRE | DA WERZHAÑ

- > Terrain caravane et mobil-home à Kergongar, près de la grève blanche, de 1786 m². Tél : 07 62 18 19 53.
- > foire à tout (puériculture, livres, vaisselle, habits...) les 25 et 26 juillet au 76 Kroaz Al Lann de 10h00 à 18h00.

AUTRE | ALL

- > Assistante maternelle agréée à Lilia dispose de 2 places à compter de septembre 2020. Tél : 07 50 41 24 90.
- > Recherche des heures de ménages en Cesu, soit chez un particulier, bureau, copropriété, à partir du 1^{er} septembre. Contact : 06 72 12 84 15.
- > Votre ordinateur vous donne du fil à retordre ? L'informatique est une langue étrangère pour vous ? Pas de panique je suis là pour vous aider avec vos appareils (ordinateurs, téléphones, imprimantes...). N'attendez plus, contactez-moi au 06 16 30 28 40.

- > Bruno L'Hostis, professeur indépendant, donne cours de maths et physique-chimie, niveaux collège et lycée. Tél : 06 46 53 86 97 bruno.lhostis@laposte.net
- > Recherche maison secteur Lilia, 70 000€ max ou location T1 de septembre 2020 à janvier 2021. Tél : 07 70 38 30 71.
- > Recherche sur Plouguerneau une caravane en bon état à moins de 1000€. Tél : 06 07 41 52 53.
- > Recherche un abri (garage, box, hangar...) à louer pour mettre à l'abri du matériel. Faire offre par mail à l.legrixbarlou@gmail.com
- > Jeune femme sérieuse cherche heures de ménage en CESU. Veuillez la contacter au 06 66 61 74 44 88.
- > Particulier cherche terrain constructible de 650 m² secteur Plouguerneau bourg, route de Guisseny, hors lotissement. Faire offre au 07 77 05 68 02.

VOS PROCHAINS RENDEZ-VOUS !

> DU 06 AU 20 | 07

Kergoff s'expose !

11h à 12h et de 15h à 18h

À la maison de garde Voir p.1

> DU 10 | 07 AU 16 | 08

Traversée de l'Aber-Wrac'h

9h15 et 9h45 & 18h30 et 19h

Au départ du port de Perroz Voir p.1

> 19 | 07

Marché d'été de Lilia

9h | Place Menozac'h

Pour tous !

> 23 | 07

Marché hebdo

8h-13h | bourg

Pour tous !

Memento | Mat da c'hrouzoud

Mairie : 02 98 04 71 06
Gendarmerie : 17 - **Police municipale** : 02 98 45 64 81
Pompiers : 18 - **Portable** : 112
SNSM : 06 61 03 83 99 - **Urgence mer** : 196
Astreinte « Eau-Assainissement » : 06 08 41 49 75
Eclairage public : 02 98 04 71 06 aux heures ouvrables.
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 Plouneour-Trez
 02 98 83 41 03 - pascal.goulaouic@finistere.fr

Mme Lédie LE HIR : Mairie de Plouguerneau
 02 98 04 59 54 - 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 : Brigitte Juricic - Tél : 06 20 98 88 47

Mail : juricicbrigitte@gmail.com

ENFANCE JEUNESSE | BUGALEAJ HA YAOUANKIZ

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

Le Relais Parents Assistants Maternels (RPAM) : 02 98 37 21 28

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

Centre de Loisirs « Aux mille couleurs » : 09 71 42 51 69 ;

auxmillecouleurs29880.jimdo.com

Espace Jeunes : 09 61 35 43 49 ; 06 75 36 30 52 ;

espacejeunes@plouguerneau.bzh

SANTÉ | AR YEC'HED

Médecins de garde / urgences : contactez le 15

Dr Nollet (mairie annexe de Lilia) : 02 29 00 03 67

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

Cabinets infirmiers : 494 Streat Treuz Lilia : 02 98 04 50 70 ;

13 Gwikerne : 02 98 04 71 94

Pharmacie de service : 3237

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

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

CULTES | KELEIER AN ILIZOU

Eglise catholique : respect des mesures sanitaires : port du masque obligatoire, gel hydroalcoolique à l'entrée, respect des distances mises en place. Pour le bon déroulement, il est conseillé d'arriver quinze minutes avant le début des offices.

Accueil paroissial assuré les mardis, jeudis et samedis de 10h à 11h30. **Accueil baptêmes** : 1^{er} et 3^{ème} samedi de 10h à 11h30.

Samedi 18 juillet : messe à 18h30 en l'église de Tréglonou

Dimanche 19 juillet : messe à 9h30 à Lannilis et à 11h à Plouguerneau.

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

CDAS de Lannilis (Sylvaine Guilloussou-Le Roux) : 02 98 04 02 65

Réseau de santé respecte : 02 98 30 70 01

SOS amitié Brest : 02 98 46 46 46

ADMR : 02 98 37 11 77 / **CLIC gérontologique** : 02 98 21 02 02

Ligue contre le cancer : 02 98 04 61 77 / **Institut Curie** : 01 56 24 55 66

Alcool assistance Plouvien : 02 98 40 90 66 ou 06 10 49 84 42

ASP-Respecte Léon : 06 04 09 57 99 ou au 02 98 30 70 42

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

Psychothérapeute à Landéda : 06 88 46 59 24

EMPLOI | IMPLIJ

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

Point accueil emploi à Plabennec : 02 90 85 30 12

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 (fermé le mardi après-midi). Contact : 02 98 04 71 06 ;

mairie@plouguerneau.bzh. **CCAS** : lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 9h à 12h. Contact : 02 98 04 59 52 ;

ccas@plouguerneau.bzh. **Urbanisme** : lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 9h à 12h. Contact : 02 98 04 59 61.

Médiathèque : mardi de 10h à 12h30 et 15h30 à 19h ; mercredi de 10h à 12h30 et 14h à 19h, jeudi de 10h à 12h30, vendredi de 15h30 à 19h, samedi de 10h à 12h30.

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.