

EN 2021, LANCEZ-VOUS DANS UN DÉFI ALIMENTATION POSITIVE

Drebi gwelloc' h ha n' eo ket keroc' h !

Vous êtes persuadés que manger des produits locaux et/ou bio coûte forcément plus cher ? Alors le « Défi Familles à Alimentation Positive » (FAAP) est fait pour vous ! À destination des familles ayant des enfants scolarisés dans une école de la commune, l'objectif est de vous prouver concrètement qu'il est possible de manger mieux sans augmenter son budget courses. Cette aventure vous tente ? Inscrivez-vous dès maintenant et participez à la soirée de lancement du 22 janvier prochain aux côtés d'une dizaine d'autres familles.

Au pays du *pastechou*, l'alimentation est une affaire sérieuse. Mais cela ne veut pas dire qu'elle ne peut pas être assaisonnée avec un peu de plaisir et de convivialité ! C'est justement dans cette optique, que la mairie lance aux familles plouguerneennes un défi original baptisé « Défi FAAP ».

Le principe est simple : des équipes d'une dizaine de foyers (ayant au moins un enfant scolarisé dans une école de la commune) se regroupent pour relever le défi d'augmenter leur consommation de produits bio et/ou locaux tout en conservant un budget constant et en se faisant plaisir. Il s'agit d'un accompagnement gratuit avec au programme : visites de ferme, cours de cuisine, jardinage, trucs et astuces pour consommer bio, local et pas cher, etc.

INSCRIPTIONS OUVERTES

Juste avant les vacances, un flyer résumant la démarche a été glissé dans les cahiers des écoliers. Il est toujours temps pour vous préinscrire si vous souhaitez participer à ce jeu. Pour cela, envoyez votre demande par mail à sdouguet@plouguerneau.bzh ou rendez-vous directement sur le site foyersalimentationpositive.fr. Vous serez ainsi conviés à la soirée de lancement le **vendredi 22 janvier 2021 à 18h30 à l'Espace Armorica**.

Cette action s'inscrit dans le Projet Alimentaire de Territoire (PAT) porté par la commune. Le PAT vise à construire ensemble un modèle alimentaire durable répondant aux enjeux locaux.

COUVRE-FEU LA NUIT DE LA ST SYLVESTRE



Pour rappel, le couvre-feu sera bien en vigueur le 31 décembre, jour de la Saint-Sylvestre, afin d'éviter de créer de nouveaux clusters lors de rassemblements festifs. Les contrôles risqueront d'être renforcés ce soir-là...

OPÉRATION BROYAGE DE SAPINS !



CCPA

Pour la 5^{ème} année consécutive, la Communauté de Communes du Pays des Abers propose aux habitants de son territoire une opération de broyage de sapins de Noël. À Plouguerneau, rendez-vous le **samedi 9 janvier 2021 de 13h30 à 16h30 sur le parking de la salle Jean Tanguy**. Dépôts des sapins possibles à partir du vendredi 8 janvier. *PS : n'oubliez pas d'enlever toutes les guirlandes et les décorations et d'apporter votre seau pour récupérer le broyat !*

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 31 décembre (impair)
- Zone B : jeudi 7 janvier (pair)

CUISINE MUNICIPALE ROLL BOUED AR SIZHUN

LUNDI 4 JANVIER : potage*, salade verte, lasagne bolognaise, yaourt aux fruits bio.

MARDI 5 JANVIER : potage de légumes, salade lyonnaise, rôti de porc bio & pommes de terre bio du *Vieux potager*, fromage et fruit.

MERCREDI 6 JANVIER : potage*, asperge vinaigrette, escalope de poulet à la crème & légumes grillés, fromage et compote.

JEUDI 7 JANVIER : potage*, tomate feta, bœuf printanier & pâtes, galette des rois.

VENDREDI 8 JANVIER : potage*, feuilleté fromage, poisson du jour & purée de carottes du *Vieux potager*, flan chocolat.

SAMEDI 9 JANVIER* : potage, poireaux du *Vieux potager*, boulette d'agneau & céréales méditerranéennes, emmental et fruit.

DIMANCHE 10 JANVIER* : potage, jambon cru de pays, encornets à l'armoricaine & garniture, pâtisserie.

* portage de repas

INFORMATIONS DIVERSES KELEIER A BEP SEURT

> **SERVICE SOCIAL MARITIME** : prochaine permanence le **jeudi 21 janvier de 9h30 à 12h à la mairie de Plouguerneau**. Pour prendre rendez-vous, et pour toute information sur les autres lieux de permanences, contactez le bureau de Brest au 02 98 43 44 93.

BIEN VIVRE ENSEMBLE | BEVAÑ MAT A-GEVRET

UN ESPACE DE VIE SOCIALE OUVRE BIENTÔT SES PORTES À PLOUGUERNEAU

Fruit d'un diagnostic mené en 2019 par l'association *Familles Rurales* auprès des habitants, l'Espace de Vie Sociale est aujourd'hui une réalité : les activités devraient démarrer courant janvier.

L'association *Familles Rurales* a pris possession des anciens locaux occupés par la cuisine scolaire dans la maison communale du bourg pour développer un « Espace de Vie Sociale » (EVS). Pensé comme un lieu de proximité ouvert à toutes et tous, cet espace de 250 m² encouragera et développera le lien social au travers d'ateliers de réparation, de cuisine ou d'ateliers grands-parents/petits-enfants, d'une offre socio-culturelle, de soirées d'échanges, d'un accès au numérique, etc.

MISE À DISPOSITION ET RÉNOVATION DES LIEUX

Compte tenu de la contribution de ce projet au renforcement de la cohésion sociale au niveau communal, la mairie de Plouguerneau a souhaité mettre à disposition de l'association ce bâtiment resté vacant depuis le déménagement de la cuisine centrale à la ZA du Hellez.

Pour rendre ce lieu plus agréable, des travaux de rénovation et de décoration ont été entrepris ces dernières semaines. À commencer par le démontage de certains mobiliers de l'ancienne cuisine, la mise au norme électrique, la pose d'un poêle à granules et la création d'un bureau. Autant de travaux effectués en régie par les services techniques municipaux. De son côté, les bénévoles de l'association ont repris les peintures et posé de la (superbe !) tapisserie.

PARTICIPATION | PERZHIADUR

GESTION DU TRAIT DE CÔTE : DERNIERS JOURS POUR PARTICIPER À L'ENQUÊTE

La commune de Plouguerneau a été choisie par le Conseil Départemental du Finistère pour engager une démarche participative nommée « Litto'Risques ». L'objectif à terme est de développer une stratégie de gestion de notre trait de côte. Avant cela, le groupe de travail a mis en ligne un questionnaire à destination des habitants.

JUSQU'AU 3 JANVIER 2021

Pour participer, rendez-vous sur sphinxdeclic.com/d/s/dymq2l avant le dimanche 3 janvier 2021.

Plus d'information sur plouguerneau.bzh/litto-risques-questionnaire-2020/



SANTÉ | YEC'HED

PRÉVENIR LES INTOXICATIONS AU MONOXYDE DE CARBONE

À l'approche des épisodes de froid, l'actualité est marquée chaque année par la survenue de situations dramatiques liées aux intoxications au monoxyde de carbone (CO). Des intoxications qui peuvent être prévenues par des gestes simples.

QU'EST-CE QUE LE MONOXYDE DE CARBONE ?

Invisible, inodore et non irritant, le monoxyde de carbone résulte d'une **mauvaise combustion au sein d'un appareil ou d'un moteur à combustion**, par exemple, fonctionnant au gaz, au bois, au charbon, à l'essence, au fuel ou encore à l'éthanol. D'après *Santé Publique France*, la grande majorité des intoxications au CO a lieu au sein des habitats (86%). Environ les trois quarts de ces intoxications accidentelles domestiques mettent en cause une installation raccordée de type **chaudière, poêle, radiateur ou chauffe-eau**. Les autres sont liées à l'utilisation d'un appareil non raccordé comme un brasero, un barbecue, un groupe électrogène ou un chauffage mobile d'appoint.

QUELS SONT LES EFFETS D'UNE INTOXICATION AU MONOXYDE DE CARBONE ?

Le **monoxyde de carbone se diffuse très vite dans l'environnement** et peut être **mortel en moins d'une heure**. Le CO est un gaz asphyxiant qui se fixe sur les globules rouges et les empêche de véhiculer correctement l'oxygène dans l'organisme. La gravité de l'intoxication dépend de la quantité de CO fixée par l'hémoglobine. Les **premiers symptômes** - et les plus fréquents - sont des **maux de têtes**, des **nausées** et des **vomissements**.

COMMENT RÉAGIR ?

Si ces symptômes sont observés chez plusieurs personnes dans une même pièce ou qu'ils disparaissent hors de cette pièce, cela peut être une intoxication au monoxyde de carbone. Dans ce cas, il est nécessaire d'**aérer** la pièce, d'**arrêter** les appareils de chauffage et de cuisson, d'**évacuer** le lieu et d'**appeler** les urgences en composant le **15** ou le **18** (ou le 114 pour les personnes malentendantes).

TÉLÉCHARGEZ LE DÉPLIANT !

Pour en savoir plus, visitez le site web de l'ARS Bretagne :
www.bretagne.ars.sante.fr/communiquede-presse-en-bretagne-145-personnes-intoxiquees-lhiver-dernier-comment-eviter-les



25 SIGNALEMENTS EN FINISTÈRE

Sur la période du 1^{er} septembre 2019 au 30 août 2020, 25 signalements d'intoxication accidentelle dans des logements particuliers ont été déclarés dans le département du Finistère. Soit 61 personnes impliquées dont 21 ont été transportées vers un service d'urgence.



CONSEILS ET PRÉCAUTIONS

Pour limiter les risques d'intoxication, il convient :

- avant chaque hiver, de faire **vérifier et entretenir les installations** de chauffage et de production d'eau chaude, et les conduits de fumée ;
- d'**aérer au moins dix minutes chaque jour**, de maintenir la bonne marche des systèmes de ventilation, et de ne jamais boucher les entrées et sorties d'air ;
- de **respecter les consignes d'utilisation** des appareils à combustion ;
- de **placer les groupes électrogènes à l'extérieur** des bâtiments ; ne jamais utiliser pour se chauffer des appareils non destinés à cet usage : cuisinière, brasero, barbecue, etc.

DÉCOUVERTES | DIZOLOADENNOÙ

PARLEMENT : UNE MINI SÉRIE DRÔLEMENT POLITIQUE À VOIR !



Parlement, ça vous parle ? C'est le nom d'une série drôle et instructive qui nous fait découvrir les rouages de la machine législative de l'Union européenne. Sortie au printemps dernier, cette mini-série produite par France Télévisions se décline en 10 épisodes disponibles gratuitement sur la plateforme France.tv.

Alors que l'Union européenne s'organise face à l'épidémie de Coronavirus, une récente série télé dévoile avec humour les coulisses de la cuisine parlementaire bruxelloise. Disponible depuis avril dernier en exclusivité sur le site de France Télévisions, *Parlement* suit un jeune collaborateur parlementaire, Samy, dans les coursives de l'organe législatif de l'Union.

Si vous pensez qu'on s'ennuie dans la capitale de l'UE, cette série pourrait vous faire changer d'avis. Et pour celles et ceux qui ne comprennent pas grand chose au fonctionnement des institutions européennes, *Parlement* est une mine d'informations, hyper réaliste. Pas étonnant quand on sait que la série a été tournée dans les vrais locaux du Parlement européen, à Bruxelles et Strasbourg.

DES ACTEURS VACHEMENT DRÔLES !

Toute la réussite de la série tient dans son ton insolent, sans filtre, ses dialogues bien équilibrés et ses personnages parfaitement définis dans leur rôle. Le politiquement correct est exclu et les vacheries sont de mise. Mention spéciale au député Michel Specklin, le patron de Samy, incarné par Philippe Duquesne, l'un des visages des *Deschiens*. Il ne comprend rien, il en fait le moins possible et il ruse constamment pour ne pas se faire repérer... *Irrésistible !*

> Dévorez *Parlement* sur <https://urlz.fr/eAkd>

MÉDIATHÈQUE | MEDIAOUEG

RDV À NE PAS MANQUER !

« À TABLE ! »

jusqu'à mi-janvier 2021

Pour clore notre thématique culinaire, l'association *Rhizomes* est venue installer la partie « cuisine Bretonne » et faire du collectage sur le Kig ha farz léonard. L'installation joue les prolongations jusqu'à mi janvier. Vous y découvrirez des photos de noces bretonnes, la thématique sur le beurre, et des vieilles boîtes à gâteaux pleines de surprises...

BÉBÉS LECTEURS

Les bébés lecteurs fêtent l'hiver : Marie, Solène et Juliette vous invitent au coin du feu pour un moment lecteur tout en douceur ! Et pour limiter votre temps d'écran, cette vidéo peut également être juste écoutée ;-)

> <https://youtu.be/evuliF5VvRU>

L'IDÉE CADEAU

Offrez un abonnement à la médiathèque ! Quoi de plus généreux que d'offrir 29 000 livres, 5 200 CD et 2 000 DVD à ceux que vous aimez ? Rendez-vous en médiathèque ou sur plouguerneau.bzh/mediatheque

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.

AMICALE DES SAPEURS-POMPIERS DE PLOUGUERNEAU : la présence des pompiers pour le calendrier dans vos commerces se termine. Pour ceux qui n'ont pas eu le calendrier 2021, les pompiers de Plouguerneau vous proposent de vous le livrer. Pour cela, envoyez un mail à sapeurpompierplouguerneau@gmail.com ou laissez un message au 06 59 46 47 90 avec votre nom et votre adresse. Nous vous recontacterons pour vous proposer une date et heure de livraison. Aussi, il est toujours possible de vous le procurer au centre de secours ZA du Hellez, le samedi et dimanche matins. Les pompiers remercient la population et les commerces pour leur accueil.

KAN AN DOUR : l'association organise un marché bio le dimanche 3 janvier 9h30 à 12h30 sur le parking du Casino, allée Verte à Lannilis. Rencontrez les producteurs locaux et faites vos achats de légumes, jus de fruits, miel. Un atelier de réparation de vélos sera également présent. Vous pourrez apprendre à entretenir votre vélo gratuitement ! Nous

recupérons des vieux vélos pour les réparer plutôt que de les jeter.

KELTIK ASSO : suite à une dizaine d'années d'animations en EHPAD & MAPA, l'association propose, dans le respect des gestes et mesures barrières, des conversations en breton et en français (P.H.C.) pour les personnes ayant besoin de faire un travail sur la mémoire et des souvenirs historiques, enfance, sports, etc. Renseignements : 06 98 75 05 55 ; asso@keltik.bzh

OFFICIERS MARINIERS ET VEUVES DE PLOUGUERNEAU : les permanences cotisations initialement prévues en décembre ont été annulées en raison de la crise sanitaire. Possibilité de cotiser le 17 janvier lors de notre AG si elle est maintenue en fonction de la situation ou déposer votre chèque à l'ordre des Officiers Mariniers de Plouguerneau dans les boîtes aux lettres de J-F. Guizio (route de Lannilis) R. Zanetti (bourg) F. Écosse (St Laurent) ou de F. Savin (Keridaouen) pour Lilia. Tarifs inchangés : 26€ pour les adhérents et les sympathisants, 14€ pour les veuves.

SAUVETEURS EN MER : dimanche 3 janvier, à l'occasion de l'Épiphanie, la boulangerie Ti-Fourn Europa a décidé d'aider les sauveteurs. Pour chaque galette des rois avec une fève à l'effigie de la SNSM vendue, 1€ par galette sera reversé à la station. Un petit stand proposera quelques

produits estampillés SNSM. Une tombola permettra de gagner une sortie en mer pour 4 personnes sur la vedette Contre-Amiral Stéphan pour connaître un instant de la vie d'un sauveteur sur un moyen de sauvetage. Le Président de la station tient à remercier M. et Mme Kerfourn pour leur initiative et leur soutien.

UNC DE PLOUGUERNEAU : les cotisations se feront les dimanches 17 et 24 janvier 2021 de 9h à 13h, respectivement à la salle n° 4 de la maison communale et à la salle des associations à Lilia, ainsi que lors de l'AG le 10 janvier 2021 à la salle 7 de la maison communale de 10h à 13h. Munissez-vous de votre carte d'adhérent UNC. Prix des cotisations pour l'année 2021 : 21,50 € pour les adhérents et membres associés (+ 9€ pour le journal) ; 16,50 € pour les veuves (+ 9€ pour le journal).

SPORTS | SPORTOÙ

RUGBY CLUB DE L'ABER : mercredi 6 janvier : M10-M12-M14 : entraînement de 17h30 à 19h au Grouaneg. Samedi 9 janvier : toutes catégories : entraînement de 10h à 12h au Grouaneg. Dimanche 10 janvier : rugby sans contact : entraînement de 10h30 à 12h au Grouaneg. Mercredi 13 janvier : M10 -M12-M14 : entraînement de 17h30 à 19h au Grouaneg. Toutes les infos sur rcaber.fr et Facebook.

**Associations : comment rebondir ?
Découvrez les solutions financières
qui vous conviennent**

**WEBINAIRE – 19 JANVIER 2021
10H à 11H30**

La période de crise actuelle nécessite pour les associations la mobilisation de moyens financiers et en accompagnement adaptés à cette situation inédite. Un certain nombre de solutions financières sont déjà disponibles pour rebondir. Découvrez-les en participant à ce webinaire.

> Inscrivez-vous sur <https://urlz.fr/eAm9>

EN CETTE FIN D'ANNÉE, SOYONS AUX CÔTÉS DE NOS COMMERÇANTS !

Consultez leurs offres et rendez-vous dans leurs boutiques.



#AcheterLocalCestLidéal

PRODUCTEURS | PRODUERIEN

BAR À HUÎTRES LEGRIS : vente d'huîtres creuses et plates, de bigorneaux, d'ormeaux d'élevage et de palourdes. Mais aussi de taramas, tartares d'algues, de rillettes de la mer, de vins, etc. Ouvert les 30 et 31 décembre de 9h à 18h. Autres jours des vacances : 10h-18h. Fermé le 1^{er} janvier. Résa au 06 30 17 78 81.

FERME PIE NOIR & CIE : magasin ouvert mercredi 30 décembre de 17h à 19h et samedi 2 janvier de 10h à 12h. En dehors de ces horaires sur rendez-vous au 06 84 15 04 56 ou au 06 61 96 31 76. Vente de fromages, produits laitiers et divers produits de collègues producteurs. Réservations recommandées.

FRANCE HALIOTIS : vente directe d'ormeaux pour les fêtes. Ormeaux vivants, conserves artisanales, ormeaux décortiqués sous vide « prêt à cuire » et coffrets cadeaux. Nous serons ouverts du lundi au vendredi de 9h à 17h30. Vous pouvez nous joindre au 02 98 37 17 39 ou contact@francehaliotis.com pour réserver vos ormeaux.

GAEC DE KERGADAVARN : ventes de légumes. Le magasin est ouvert le samedi de 9h à 12h.

POKOÛ GLACES : fabricant de glaces artisanales fraîchement installé à Landéda propose une sélection de bûches glacées et une collection de verrines pour les fêtes en vente directe. Carte disponible sur Facebook et Instagram. Pré-commande au 06 66 20 06 43. Retrait des commandes au 2 Stread Kichen.

VIVIERS DE BASSINIC : pour les fêtes, plateaux de fruits de mer, crustacés, poissons et coquillages. Ouverts du mardi au samedi et le 31 décembre de 8h à 13h. Commandes par téléphone au 06 83 87 66 69.

VIVIERS BRETONS vous accueille du lundi au samedi de 8h à 12h, et le 31 décembre de 8h à 14h, pour la vente de poissons, crustacés et coquillages. Bonnes fêtes de fin d'année à tous ! Les viviers seront fermés le lundi 4 janvier 2021. Commande au 02 98 04 62 43 ou au 06 07 19 65 71 ou par mail à viviersbretons@orange.fr

COMMERCE ALIMENTAIRES KENWERZH BOUEDEL

ABER VRAC : votre épicerie zéro déchet vous accueille au 9 place de l'église au centre-bourg de Plouguerneau. Venez avec vos contenants (pas de sacs à vrac pour le moment), nous les peserons avant d'aller vous servir aux silos et bacs à pelles. Les points de contact seront désinfectés 2 fois par jour et toutes les précautions d'hygiène sont mises en place. Au plaisir de vous accompagner dans la réduction de vos déchets.

BAR HA GWIN : pour vos cadeaux de dernière minute, la cave du Bar Ha Gwin est ouverte du mardi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h30 à 19h30. Adresse : 13 rue Bel Air, à côté du cabinet médical.

TI-FOURN EUROPA : toute l'équipe vous souhaite ses meilleurs vœux pour cette nouvelle année... les premières galettes des rois sont

arrivées (avec une bouteille de cidre offerte pour l'achat d'une galette). À la frangipane, à la compote, aux fruits rouges, à la pistache et abricots ou aux poires/chocolat avec nos fèves cette année nous soutenons la SNSM. Une galette achetée = 1€ reversé à la SNSM ! Pour rappel, le magasin sera exceptionnellement ouvert le lundi 28 décembre et fermé le vendredi 1^{er} janvier. Joyeuses fêtes !

FOOD TRUCK & RESTAURANTS PRETIOÛ

CAMION PIZZA VERT est présent le mardi et samedi sur la place de l'Europe, le vendredi au Grouaneg, et le dimanche à Lilia. À partir de 18h. Suivez notre actualité sur Facebook « pizza vert ». Tél : 06 07 61 85 29.

CASTEL AC'H : le drive est ouvert ! Commandez en ligne sur www.castelach.fr et venez récupérer vos commandes le vendredi, samedi ou dimanche. Découvrez toutes nos offres gourmandes sur notre site.

LE MAYANO : le restaurant est ouvert le vendredi 1^{er} janvier de 16h30 à 19h30 ainsi que le samedi 2 janvier de 10h à 14h pour vos pizzas à emporter. Nous avons élargi les créneaux horaires afin de pouvoir satisfaire un maximum de personnes. N'hésitez pas à anticiper vos commandes. Notre carte de pizzas est disponible sur lemayano.com Nous vous souhaitons une bonne année 2021 !

Activités commerciales | Ar stalion marc'hadourezh

ARTISANS & CRÉATEURS

ARTIZANED KROUERIEN

À FLEUR D'Ô : la boutique est ouverte du lundi au mardi et du jeudi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 19h, et le dimanche de 9h à 12h. Fermée le mercredi. Nous livrons sur Plouguerneau et les communes avoisinantes. Contact : 02 98 04 55 00 ou 06 02 07 33 73.

ATELIER BOIS LUBAS est situé au bourg dans l'ancienne gare, à l'angle de la rue de Lannilis et de la véloroute. Clinique du meuble spécialisée dans la réparation et la fabrication d'objets en bois, elle est tenue par un artisan menuisier. Contact : 06 10 87 34 05 et Facebook.

LILIARM'OR : bijoutier-Joaillier, réparations, fabrications et transformations, devis gratuit sur rendez-vous au 06 27 55 91 96. contact@liliarmor.fr ; liliarmor.fr

BEAUTÉ & BIEN-ÊTRE

KENED HA HEVOUD

MAINZEN CLAUDE CHRÉTIEN : douleurs physiques, moral en baisse, fatigue, stress... 30 ans d'expérience en rééquilibrage énergétique, massage

intuitif, réflexologie plantaire, drainage corporel, reiki, sophrologie analytique... Contact : 06 11 88 22 60 ; mainzen@aol.com ; mainzen.com

REFLEX-SHEN : digitopuncture, réflexologie plantaire, massages, bon cadeau. Tél : 06 47 50 61 84.

SPORTS & LOISIRS

SPORTOÙ HAG AN DIVERRAÑSOÙ

GLAZ ÉVASION : Original ! Pour les fêtes, Glaz Évasion propose des bons cadeaux « Sortie Kayak - Standup Paddle ». Un cadeau original chargé d'air iodé et d'évasion. Plusieurs formules. Information : Jérôme 07 69 89 97 27 ; glazevasion@gmail.com ; www.glazevasion.com

AUTRES SERVICES

EMBREGEREZHIOÙ SERVIJOÙ

CAPIFRANCE : je vous présente mes meilleurs vœux pour 2021 ! Toujours à vos côtés pour vos projets immobiliers, n'hésitez pas à me contacter pour un accompagnement personnalisé (estimation gratuite, conseil et mise en valeur, large diffusion, etc.). Contact : Anne-Françoise Manach au 06 81 48 42 92.

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

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

JL MULTISERVICES : entretien de votre jardin, matériel motoculture, travaux intérieurs et extérieurs sur demande. Tél : 06 49 19 85 86.

QUALI TY DOG : pension canine et féline toilettage à Plouguerneau. Tél : 07 50 84 52 64.

SFS SERVICES FUNÉRAIRES SALIOU vous propose ses services de nettoyage de sépultures. Contact : 06 64 37 22 37.

UNICORN SECURITY : assurez-vous que votre site web, appli mobile ou bien objet connecté est protégé contre les cyberattaques. Nous proposons des audits de sécurité et un accompagnement lors des correctifs. Plus d'informations par tel : 07 68 25 26 20, par mail : contact@unicornsecurity.io, sur le site : unicornsecurity.io

Les petites annonces | Traou a bep seurt

VENIRE | DA WERZHAÑ

> Vélo femme. Tél : 06 73 25 74 03.

> Gazinière vitrocéramique encore sous garantie jusqu'en juin 2021 de marque Valberg dimension 60x60 cm, état neuf. Prix : 200 €. Tél : 07 82 18 23 14.

DONNE | REIÑ

> Donne chaton femelle tricolore âgée de 2 mois. Élevée avec chat et chiens. Tél : 06 82 02 40 66 ou 06 16 55 26 50.

> Donne chien teckel noir et feu, très affectueux. 2 chiens 1 femelle tatoués. Tél : 06 09 41 21 39.

AUTRE | ALL

> Bruno L'Hostis, professeur indépendant, donne cours de maths et physique-chimie niveaux collège et lycée. bruno.lhostis@laposte.net. Tél 06 46 53 86 97.

> Urgent ! Je suis à la recherche d'un logement (préférence colocation). Je rentre en formation à l'AJD de l'Aber Wrac'h le 4 Janvier 2021. J'ai 25 ans, je n'ai pas d'animal de compagnie. Je suis disponible pour visiter et vous rencontrer. Gabrielle Tiger. Tél : 06 98 57 02 80.

> Cherche terrain à louer à l'année pour mettre en place un potager sur Plouguerneau ou aux alentours (10 km). Tél : 06 26 59 51 91.

VOS PROCHAINS RENDEZ-VOUS !



> JUSQU'AU 03 | 01

Le manège de Noël
10h-12h et 14h-19h | Place de l'Europe
Gratuit !

> 22 | 01

Lancement Défi FAAP
18h30 | Espace Armorica
Pour les familles ! Voir p.1

> 29 | 01

Vœux du Maire
18h | en ligne
Pour toutes et tous !

Memento | Mat da c'honzoud

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.
Défiibrillateurs : 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 : plus de correspondant depuis le 31 août 2020.
Mail : redaction.brest@ouest-france.fr

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
Infirmiers : 13 Gwikerne : 02 98 04 71 94 ; 129 Kreiz Ker Lilia : 02 98 30 02 74 ; 42 Kreiz Ker Lilia (mairie annexe) : 02 98 32 82 54.
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

Église catholique : messes et célébrations autorisées dans le respect strict des mesures barrières. Accès limité à 150 personnes à Plouguerneau, 65 à Lilia et 45 au Grouaneg. Accueil paroissial fermé. Appeler au 02 98 04 71 02 et laisser un message.

PROCHAINES MESSES

Samedi 3 janvier : messe à 18h à Lannilis. **Dimanche 4 janvier** : messe à 10h30 à Plouguerneau.
Sauf changement dû aux conditions sanitaires, ce planning sera conservé pour tout le mois de janvier 2021.

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. 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. Fermée lundi et jeudi.

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.