

Lundi : 8h30-12h / 14h30-17h,
mardi, jeudi et vendredi : 8h30-12h/ 13h30-17h,
mercredi et samedi : 8h30-12h.

Frazenn ar sizhun

" Ne c'heller ket livañ gwen war wenn, du war zu, ezhomm e vez dac'h an hini all evit en em ziskuliañ ! "
" On ne peut peindre blanc sur blanc, noir sur noir, on a besoin de l'autre pour se révéler ! "
(traduction d'un proverbe africain)

FEVRIER / MARS 2023

Amitiés Sport Spectacles

CAP ' Actus Le Programme de L'Association

Infos, inscriptions, idées, projet contacter CAP ADOS!

Des voyages *Pour les 12-17 ans!!*

La Cafété'

Formule goûter
2 €

Marina et Elodie te proposent un nouveau point de rendez-vous au Kruguel à Lampaul pour tous les ados !

Le vendredi à partir de 17h jusqu'à 19h

Accueil des jeunes tous les mercredis de 14h à 18h

Billard, Baby-foot, jeux vidéo, jeux de société...

Ouverture de la salle de sport de Plouarzel

De 14h à 15h30

Pour profiter de la navette, il suffit de laisser un message au 07.62.94.89.58

Nouvel an chinois au Capucins

Ateliers créatifs Mangas, Calligraphie... Spectacles...

Gratuit / Sur inscription



28 Janv

De 13h30 à 17h30

Projet de jeunes

Actuellement en construction !

Retro Face-book

par Eléa, Ewen et Guénolé



Etape 1: Vous êtes pris en photo avec un appareil argentique

Etape 2: Vous apparaissez dans notre exposition représentant un réseau social physique

Etape 3: Votre photo apparaît dans un livre de portraits annoté nommé le 'Retro Face-book'

L'association Familles Rurales Cap Ados nous accompagne dans un projet d'exposition photo sur le thème du réseau social.

L'objectif est de sensibiliser le grand public sur la face cachée des réseaux sociaux.

Pour cela, nous avons besoin de volontaires comme modèles photos !

Il est possible d'acheter le livre de portraits sur commande si le projet aboutit

Pour toute commande, 07.62.94.89.52
capados29810@gmail.com

4 Fév

RDV groupe photo

Vacances d'hiver!

Du 13 au 24 Février

Sortie Forum

Emploi et Jobs d'été

Saint Renan

Jobs d'été

4 Mars

De 10h à 12h

Point Infos Cap'Ados

Le samedi matin

10h30 à 12h

INFORMATION JEUNESSE



Santé Job
Logement Emploi Vacances Bénévolat
Stage Loisirs Europe Étude
Formation Droits Transport



Familles rurales
Vivre mieux !

ASSOCIATION CAP ADOS

Plas Ker - 29810 Plouarzel
09 87 01 73 59
07 62 94 89 58
capados29810@gmail.com



**FAITES ÉQUIPE
AVEC NOUS !**

www.sdis29.fr



SDIS 29
SERVICE DÉPARTEMENTAL
D'INCENDIE ET DE SECOURS
DU FINISTÈRE

58, avenue de Kéradenec - CS 54013 - 29337 Quimper cedex
Tél. : 02 98 10 31 50 • Email : direction@sdis29.fr




**VOUS L'AVEZ
AIMÉ ?**

**VOUS L'AVEZ
QUITTÉ ?**

**IL EST
TEMPS DE LE
RECYCLER**

**LE DÉPARTEMENT COLLECTE VOS MOBILES
DU 21 NOVEMBRE 2022 AU 28 FÉVRIER 2023**

**Finistère
Penn-ar-Bed**

orange

AMF29
ASSOCIATION MANAGERIALE
FINISTÈRE

Points de dépôts sur
finistere.fr/recyclage-mobiles

Services municipaux

La Mairie

Avis : Nos trottoirs et passage piétons sont jonchés de déjections canines autour desquelles il faut constamment slalomer. Plusieurs plaintes sont parvenues en mairie concernant les déjections sur leur propriété. La Municipalité fait appel au sens civique des maîtres pour maintenir nos trottoirs, nos rues et nos espaces verts propres et agréables, ainsi que la propriété de leurs voisins. Des sacs à déjection sont disponibles « Plas Ker », place face à la mairie.

Recensement militaire : dans votre entourage proche, amical, familial, vous connaissez sans doute un jeune de 16 ans. S'est-il fait recenser ? À cet âge, les adolescents ont souvent d'autres préoccupations et pourtant le recensement citoyen est **obligatoire**.

QUI ? Tous les Français, filles et garçons âgés de 16 ans.
POURQUOI ? Pour vous inscrire en vue de **permettre votre convocation à la journée défense et citoyenneté**. Il permet votre inscription d'office sur les listes électorales.

COMMENT ? À la mairie de votre domicile : munissez-vous des documents suivants : pièce d'identité et livret de famille.

La Médiathèque

02.98.89.34.94, mediatheque@plouarzel.bzh

Prochaines animations de la médiathèque (toutes les animations sont gratuites et sur inscription)

Ciné loisirs : vendredi 20 janvier à 14h30. Film d'action sur grand écran.

Nuits de la lecture les 20 et 21 janvier. De nombreuses animations vous seront proposées sur les 2 soirées : vendredi à la médiathèque dès 16h30 : jeux, jeux vidéo. A 20h quizz familial (sur inscription) : testez vos connaissances sur les jeux, les livres, les films, la musique... A 22h film pour adultes et jeunes à partir de 12 ans. Samedi rdv à 20h30 à la salle polyvalente pour une danse qui va vous réchauffer (flash mob kuduro) puis à 21h pour une soirée musicolivresque mêlant musique, lecture et danse (sur inscription).

France Services Plouarzel

02.98.36.27.31, france.services@plouarzel.bzh

N'hésitez pas à suivre notre actualité sur notre page

Facebook @Franceservicesplouarzel

Maison France Services sera exceptionnellement fermée le vendredi 27 janvier. L'agence postale reste ouverte aux horaires habituels. Merci de votre compréhension.

Point permanences :

MGEN : le 2^{ème} mercredi de chaque mois, de 9h à 12h, sans rdv et le 4^{ème} mardi de chaque mois de 9h à 12h sans rdv et de 13h30 à 16h30 sur rdv au 3676. Prochaine permanence le mardi 24 janvier.

Gendarmerie : le 1^{er} jeudi du mois, de 8h30 à 12h, sans rdv. Prochaine permanence le jeudi 2 février.

CIDFF : 1^{er} mardi de chaque mois, de 14h à 17h, sur rdv auprès de France Services. Prochaine permanence le mardi 7 février.

Assistante sociale du Ministère des Armées : le 2^{ème} vendredi de chaque mois de 9h à 11h sur rdv à France Services. Prochaine permanence la permanence le vendredi 10 février.

Conciliateur de justice : le 2^{ème} mardi de chaque mois de 14h à 15h30, sur rdv auprès de France services. Prochaine permanence le mardi 14 février (reste une disponibilité).

Assistante sociale du CDAS de St Renan : le 3^{ème} jeudi de chaque mois de 9h à 12h sur rdv au CDAS 02.98.84.23.22. Prochaine permanence le jeudi 16 février.

Permanence d'informations sur le droit des consommateurs Familles rurales : le 3^{ème} jeudi de chaque mois de 10h à 12h, sans rdv. Prochaine permanence le jeudi 16 février.

Menus de la cantine

Lundi Segments de pamplemousse, gratin de choux fleur/pommes de terre au four, emmental, flan caramel	Mardi Betterave rouge râpée, spaghetti bolognaise, fromage râpé, clémentine	Mercredi Duo carotte céleri râblé de garenne, gnocchi, parmesan, petit suisse aux fruits
Jeudi Feuilleté fromage, beignet de légumineuses/petits pois, poire	Vendredi Potage aux poireaux, poisson pané/trio de carottes, six de Savoie, madeleine maison	

Vie paroissiale

Samedi 21 janvier, à 17h30 messes à Guipronvel et à Portsall.

Dimanche 22 janvier, 10h30 messes à Lampaul-Plouarzel, Saint Renan, Le Conquet, Porspoder Ploudalmézeau.

Les marcheurs du Corsen

Mardi 24 janvier : Circuit de de la vallée des Seigneurs, rendez-vous au parking de la zone de loisirs (Pontarnou) à 13h30 ou au parking place Guyader à Saint-Renan.

Association Tre-Arzh

Veillée / Beilhadeg. Dimanche 5 mars - une après-midi consacrée au chant et au conte, notamment en breton. En collaboration avec l'association Dastum.

Association Musi'Iroise

Cours de musique tous styles (rock, blues, jazz, variétés, chanson française). Facilités de paiement mensuel. Chèques vacances acceptés. Formules « découverte » sans engagement. Renseignement : tel 06.82.69.09.84 / courriel : musiroise@orange.fr

Plouarzel Basket Club

Durant les vacances de Noël, les mini basketteurs n'ont pas eu d'entraînement et ont bénéficié d'un repos bien mérité. La reprise a eu lieu le mercredi 3 janvier à la salle du bourg. Tous les jeunes nés entre 2012 et 2017 et intéressés par la pratique du basket peuvent se présenter à la salle lors des entraînements. <http://plouarzelbasketclub.wifeo.com/> ou plouarzelbasket@orange.fr

Permanence conseillers départementaux

Marie-Christine LAINEZ et Gilles MOUNIER, conseillers départementaux du canton, assureront une permanence à la mairie de Saint-Renan, le vendredi 10 février prochain, de 10h30 à 12h. Pour tout renseignement vous pouvez appeler au 02 98 76 23 86.

Plouarzel Vélo Loisirs

Prochain rendez-vous dimanche 22 janvier à 9h30 pour VTT à la salle Kerven, circuits selon les participants.

ADMR du Pays d'Iroise

Le 3 Février de 9h à 16h30 - Salon des aidants. Comment prendre soin de soi lorsque l'on est aidant ? Quelle est ma place dans la société et dans le parcours de soin de mon proche ? Quelles sont les aides auxquelles je peux prétendre ? Venez trouvez des réponses à vos questions lors du Salon des aidants organisé par la CPTS Iroise le 3 février 2023 à l'Espace culturel de St Renan. Au programme : tables rondes, conférences, ateliers et exposants. Inscription conseillée pour la participation aux ateliers (sophrologie, sport adapté, prévention des chutes, juriste...) : 07.76.30.39.63."

Rugby Club Iroise

Le Rugby Club Iroise Saint Renan organise son traditionnel kig ha farz le dimanche 22 janvier 2023 à l'Espace Culturel de Saint Renan.

Pays d'Iroise Communauté

Nouvelle année, nouvel usage de la route, covoiturons ! Vous hésitez à sauter le pas du covoiturage ? La Communauté de communes du Pays d'Iroise et l'association éhop vous invitent à découvrir la plateforme publique et gratuite ouestgo.fr. Une première vraie bonne résolution que l'on soit conducteur ou passager. Des questions ? Éhop vous guide : contact@ehop.bzh ou 02 99 35 10 77. « **Mes copeaux d'abord** » De janvier au 31 mars, du broyat de branches est proposé gratuitement dans les déchèteries de Ploudalmézeau, Plouarzel et Plougouvelin. Il peut servir de paillis et matière brune pour équilibrer vos composts.

ANNONCES / KELEIER

Le restaurant Le Dorlan sera fermé du 29 janvier au 9 février. Il sera ouvert exceptionnellement le mardi 14 février soir uniquement pour la Saint Valentin. Sur réservations uniquement au 02.98.03.15.59.

Barthélémy Maçonnerie : Entreprise de maçonnerie sur Plouarzel, lieudit Lokournan Vian, pour vos projets de neuf et de rénovation. N'hésitez pas à me contacter au 06.76.12.39.03 ou barthelemymaçonnerie29@gmail.com

Les Fleurs du Vent, place des Halles à Plouarzel. Le magasin fourmille de nombreuses idées cadeaux : fleurs, épicerie fine, thé, chocolat et cave à vins, bières. Magasin ouvert 7/7 de 9h à 12h et de 14h à 19h, les dimanches et jours fériés de 9h30 à 12h30. Tél. 02.98.89.61.11 // www.lesfleursduvent.com. Très bonne année 2023 !

KIRIEL PLOUARZEL : Tout à -70% jusqu'à la fermeture définitive le 31/01/2023.

Barbara coiffure se déplace à votre domicile sur RDV du lundi au vendredi 9h – 19h. Tél. 06.70.67.31.03. Bonne année 2023

Les légumes bio de Pen an Dreff. Vente à la ferme tous les mardis soirs de 17h à 19h. Présent également sur le marché de St Renan le samedi matin. La Ferme de Pen an Deff, au-dessus de la plage de Porzveigné à Trézien. Suivez les flèches carotte. Jean Picol 06.08.55.87.11, contact lafermedepenandreff@gmail.com.

Les Galets Bleus : un cycle « Energie Boost » Bien-être et Energie : 4 ateliers pour retrouver son énergie, se sentir mieux dans son corps, sa tête et son esprit, apprendre à se ressourcer et prendre soin de soi en conscience Rendez-vous aux Galets Bleus, les dimanches, 12 février, 26 février, 12 mars et 26 mars de 10h à 11h, tarif : cycle de 4 ateliers 60€ réservé à un groupe de 5 personnes et **un atelier « Energie Peps »**, un concentré d'1h15 de 11h15 à 12h30 pour vous redynamiser, vous reconnecter à votre bonne énergie, un dimanche au choix : 12 février, 26 février, 12 mars ou 26 mars, tarif 20€/atelier, sur inscription au 06.70.54.35.56, veronique@lesgaletsbleus.com, Véronique LAOT, Les Galets Bleus, 10 bis rue des Ecoles – Plouarzel.

MEMENTO / EVIT DERC'HEL SOÑ

Agence postale/maison France services : Lundi 8h30-12h / 14h30-17h30, mardi, jeudi et vendredi 8h30-12h / 14h-17h30, mercredi et samedi : 8h30-12h ; Tél.02.98.36.27.31

Office de tourisme Iroise Bretagne : 02.98.38.38.38.
Horaires : Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h, fermé le jeudi.

Plouarzel Animation : 02.98.89.60.07
- plouarzel.animation@plouarzel.bzh

Médiathèque / Centre multimédia 02.98.89.34.94.
mediatheque@plouarzel.bzh

Horaires : mardi 16h30-18h30, mercredi 10h-12h et 14h-17h30, vendredi 10h-12h 16h30-18h30, samedi 9h-12h et dimanche 10h30-12h.

Accès Internet : Bibliothèque, centre multimédia, campings, mairie, office municipal de tourisme et complexes sportifs.

Association ADMR Pays d'Iroise : 02.98.89.67.89
CCPI 02.98.84.28.65

Déchèterie : Lundi, mercredi, jeudi, vendredi et samedi 10h-12h/14h-18h, et le dimanche 10h-12h, fermé le mardi, du 01/11 au 31/03.

Capitainerie Aber Ildut : 02.98.04.36.40 ou 06.31.93.58.71

Médecin : En cas d'urgence, appelez le 15

Dr Le Coz / Dr Marion 02.98.80.22.91

Dr Lazennec 02.98.89.34.95

Pharmacie de garde 32 37.

Pharmacie du Corsen 02.98.89.63.43

Dentiste :

Dr Burtle / Dr Clappe 02.98.42.38.68

Sage-femme Mme Le Reste 06.72.19.08.43

Infirmiers

Mmes Hamon / Le Coz 02.98.84.09.91

Mmes Begoc / Garnier 02.98.89.39.70

Mmes Pelle / Rannou 02.98.89.67.86

Orthoptiste

Mme Lassau doctolib // 06.99.38.25.45

Aides-soignants à domicile 02.98.84.61.44

Opticien « la cave à lunettes » M. Marque 02.98.84.19.97

Cabinet de Kinésithérapie

Mmes Gragnic / Morvan 02.98.37.28.21

M. Guermont / Mmes Christophe / Pham-Ich 02.98.89.60.10

Mme Le Verge 02.98.89.36.15

Cabinet d'Ostéopathie :

M. Bellec 06.59.42.89.19

M. Vaillant 02.98.37.28.21

Orthophoniste

Mme Kermorgant 09.86.27.85.98

Mme Calvez 09.87.15.28.66

Mme Poels 09.82.59.82.41

Psychologue – Diététicienne

Mme Lebrun 06.58.45.16.07

Psychologue M. Labous 06.30.26.32.63

Conseillère conjugale et familiale – sexologue – Génogramme

Mme Hoarau 06.80.30.22.40

Sophrologue Mme Moreau 06.50.23.25.81

Pédicure Podologue Mme Savina 02.98.89.33.42

Réflexologue plantaire, palmaire et énergétique

Mme Guquet 07.86.39.26.69

Praticienne shiatsu traditionnel, et fasciabiologie

Mme Dugornay 06.76.17.84.71

Assistante sociale CDAS 02.98.84.23.22

Ambulance de la Pointe

Taxis 02.98.32.60.60

M. Corolleur (Transport personne) 06.08.61.04.31

Corolleur taxi (Transport médical assis) 07.80.15.65.33

Taxi Gwendo (Transport médical assis) 06.12.49.11.43

Moal taxi (Transport personne) 07.83.98.28.06

Julie Taxi (Transport médical assis) 06.67.21.21.43

ENEDIS (service dépannage)

09.72.67.50.29

SPL Eau du Ponant 02.29.00.78.78

Les demandes de textes à insérer dans le « Moez Ti Kear » doivent parvenir avant mercredi 17h à l'adresse : mairie@plouarzel.bzh. L'annonce concernant la rubrique « annonces » est tarifée à 2.20 € par délibération du Conseil Municipal du 12 décembre 2022.