

Lundi : 8h30-12h / 14h30-17h,

mardi, jeudi et vendredi : 8h30-12h/ 13h30-17h,

mercredi et samedi : 8h30-12h

### Frazenn ar sizhun

Où il est question de porte : dor, an nor ; digor, serr an nor

" Honnezh n'he deus treuzoù ebet war he dor = elle dit franchement tout ce qu'elle pense  
Hennezh n'e neus ket dorojou war e holl douloù = il ne sait pas garder un secret "



**TÉLÉTHON** Suite tempête CIARAN  
**2023 PLOUARZEL**  
dimanche 10 décembre  
à 12 heures  
**Salle Omnisports**  
**KIG HA FARZ**  
**Traditionnel**  
Sur place ou à emporter  
Organisé par  
le Cercle Amical de PLOUMOGUER  
(CAP)

Prix : 15€ sur place,  
14€ à emporter (n'oubliez pas vos récipients)  
7€ pour les 6-11 ans  
Gratuit pour les -6 ans



LA COMMUNE DE PLOUARZEL VOUS CONVIE À  
**L'ARBRE DE NOËL COMMUNALE**  
Le Samedi 16 Décembre 2023  
à 14h45 à la Salle Polyvalente  
SPECTACLE DES ACROFOUS  
LES CLOWNS ACROBATES  
ARRIVÉE DU PÈRE NOËL LORS DU GOÛTER



**PLOUARZEL**  
Un lot pour le déguisement le plus original  
Un jambon à l'os à gagner pour l'équipe la plus représentée  
16h00 3 courses enfants de 6 à 12 ans  
17h30 5 km  
18h30 10 km Parcours mesurés  
**Corrida de Noël**  
Inscription sur plouarzel.fr  
corrida.plouarzel@gmail.com  
Renseignements au 06 97 10 15 45  
**Dimanche 17 décembre**



10 DECEMBRE 2023  
INSCRIPTION SUR [KLEBERO.FR](http://KLEBERO.FR)  
informations et modalités sur [sinego.fr](http://sinego.fr)  
PLOUARZEL 6<sup>ème</sup> EDITION  
LES RIBINES DE L'ABER ILDUT  
TRAILS MARCHÉ  
8 KM 160MD-  
15 KM 320MD-  
24 KM 600MD-  
MINI TRAIL ENFANTS  
9 KM 13 KM

### Planning bénévoles

**Mercredi 13 à 20h30 à la mairie**

Réunion des commissaires

**Vendredi 15 à 14h00**

Préparation de la salle omnisports

**Dimanche 17 à 11h00**

Mise en place des barrières, préparation de la salle et du ravitaillement d'après course

**12h30** Repas

**14h** Inscription courses enfants

**15h00** Inscriptions et retrait dossards 5 km et 10 km

**19h30** Remise des récompenses 5 et 10 km

**Lundi 18 à 9h** : rangement salle omnisports

## Services municipaux

### La mairie :

**État Civil : décès** : Anthony Bourigan

**Boîte aux lettres au Père Noël.** Le Père Noël a de nouveau installé sa boîte aux lettres sur le parvis de la mairie, vous pouvez y déposer votre lettre à l'adresse suivante : **Père Noël, 1 rue du Ciel étoilé, Pôle Nord.** N'oubliez surtout pas **d'indiquer votre adresse** pour recevoir une réponse.

**Formation BAFA et BAFD** : les municipalités de Lampaul-Plouarzel, de Plouarzel et de Ploumoguier ont décidé de favoriser l'accès à ces formations par un soutien financier. Les personnes intéressées, jeunes ou adultes peuvent se renseigner et faire acte de candidature à la mairie (lettre de motivation + cv + avis d'imposition). La demande est à déposer dans les mairies concernées **avant le 8 janvier 2024.** Pour plus de renseignements vous pouvez vous adresser à Marina et Elodie à Cap Ados.

**Coupage de courant** : le jeudi 14 décembre de 8h30 à 12h30 aux lieux-dits Gourzehen, Pen ar Prat, Le Grannoc, Kergoff, Kerdidreux, Kerneuzet, Kerguestan, Kernevez, Kerallan.

### . Menus de la cantine

Lundi	Mardi	Mercredi
Carotte emmental salade, mijoté de porc au miel/sauce aigre douce/pâtes, yaourt aux fruits.	Betterave rouge, blanc de dinde/sauce burger/frites, assortiment de fruits	Quiche lorraine, steak de porc/sauce crème/ haricots verts, petit basque, flan caramel
Jeudi	Vendredi	
Friand fromage, boulette de bœuf/semoule de couscous/ratatouille de légumes, pointe de brie, salade de fruits	Salade verte, brandade de poisson, fromage, fruits de saison	

### La Médiathèque

Toutes nos animations sont gratuites et se font sur inscription.

**Bébés lecteur** : mardi 12 décembre 9h45 et 11h : animation autour du livre pour les petits.

**La médiathèque** participe à la journée mondiale du pull de Noël le vendredi 15 décembre : venez lire, jouer, emprunter vêtu de votre plus beau ou plus moche pull de Noël. Vous pourrez ainsi participer au tirage au sort. Un lot adulte et un lot enfant à gagner.

**Vendredi 15 décembre** : Temps de jeux bébés entre 10h et 12h et ciné bébé à 10h (venez en pull de Noël, vous pourrez participer au tirage au sort).

**Heure du conte** : mercredi 20 décembre à 10h30 : histoires et bricolage de Noël pour les 5-8 ans.

**Pensez-y** : la médiathèque propose un service de portage à domicile pour les personnes dans l'incapacité de se déplacer même temporairement. N'hésitez pas à nous appeler pour vous renseigner (02.98.89.34.94)

### France Services Plouarzel

02.98.36.27.31, france.services@plouarzel.bzh

N'hésitez pas à suivre notre actualité sur notre page

Facebook @Franceservicesplouarzel

### Point info :

France Services et l'Agence Postale seront exceptionnellement fermées **le vendredi 15 décembre le matin** pour formation. Réouverture l'après-midi aux horaires habituels. Merci de votre compréhension.

### Point permanences :

**Point justice (en Visio avec un juriste)** : 3<sup>ème</sup> vendredi de chaque mois, de 14h à 17h, sur rdv auprès de France Services. Prochaine permanence le vendredi 15 décembre.

**Permanence d'informations sur le droit des consommateurs Familles rurales** : le 3<sup>ème</sup> jeudi de chaque mois de 10h à 12h, sans rdv. Prochaine permanence le jeudi 21 décembre.

**Assistante sociale du CDAS de St Renan** : le 3<sup>ème</sup> jeudi de chaque mois de 9h à 12h sur rdv au CDAS 02.98.84.23.22. Prochaine permanence le jeudi 21 décembre.

**Gendarmerie** : le 1<sup>er</sup> jeudi du mois, de 9h à 12h00, sans rdv. Prochaine permanence le **jeudi 4 janvier**.

**Conciliation de justice** : le 2<sup>ème</sup> mardi de chaque mois de 14h à 15h30 sur rdv à France Services. Prochaine permanence le mardi 9 janvier.

**Assistante sociale du Ministère des Armées** : le 2<sup>ème</sup> vendredi de chaque mois de 9h à 11h sur rdv à France Services. Prochaine permanence le vendredi 12 janvier.

**MGEN** : le 4<sup>ème</sup> mardi de chaque mois de 9h à 12h sans rdv et de 13h30 à 16h30 sur rdv au 3676. Prochaine permanence le mardi 23 janvier.

### Le club du Menhir

Le repas du club du Menhir aura lieu le 9 janvier. Les inscriptions sont prises dès maintenant les mardis, jour du club, au tarif de 27€ par chèque, dernier délais le 19 décembre. Le club prendra congé le 19 décembre jusqu'au 9 janvier 2024. Les cartes adhésions sont prises également au tarif de 16€.

### Ecole Arzmaël

L'école Arzmael recherche une personne pour effectuer du ménage au sein de l'établissement à partir de janvier ; contrat de 7h par semaine + 7h à chaque vacance scolaire + 42h l'été. Les horaires et le planning peuvent être adaptés si besoin. Proposition du poste : lundi : 1h15 (16h45-18h), mercredi : 3h15 (matin ou après-midi), jeudi : 1h15, vendredi : 1h15. N'hésitez pas à contacter Mme COUTUREAU au 02.98.89.60.17 ou par mail [marion.coutureau@e-c.bzh](mailto:marion.coutureau@e-c.bzh)

### Section des officiers marinières et veuves du Corsen

L'assemblée générale de la section aura lieu le dimanche 21 janvier à 10h30 dans la salle du Kruguel à Lampaul-Plouarzel. Paiement des cotisations à partir de 10h. L'AG sera suivie d'un repas au restaurant (sur inscription). Les inscriptions sont à effectuer avant le 20 décembre auprès de : Francis Ferloc au 02.98.84.02.89 ou Henri Thépaut au 02.98.84.02.79. Un goûter aura lieu le samedi 3 février après-midi dans la salle multifonctions du Kruguel à Lampaul-Plouarzel.

### Association familles rurales de Plouarzel

➤ **Sortie familiale.** Le samedi 16 décembre, l'association Familles rurales de Plouarzel organise une sortie familiale à Locronan. Au programme : visite libre du Marché de Noël et des illuminations du village. Départ : 16h en car de la Maison de l'enfance de Plouarzel et retour : 22h à la maison de l'enfance de Plouarzel, 5€ /personne – ouvert à tous. Inscriptions obligatoires au 02.98.89.33.47.

➤ **L'art floral.** Prochain cours le jeudi 21 décembre à 13h45 salle de kerven. Prévoir : 1 plat rectangulaire, 5 feuilles de Yucca, 3 chutes de lierre, 15 têtes de pin nain, 7 tiges droites, lierre à Boules, mousse, 18 boules de Noël, 3 pipettes, fil de laiton. En cas d'absence avertir avant le 11 décembre Annick Le Ru pour la commande de fleurs.

### Association des pensionnés marine marchande du Finistère

L'association (commerce et pêche) organise une réunion d'information au Conquet, salle des Renards, le jeudi 14 décembre à 10h. Elle sera animée par le président départemental et fédéral M. Alain Pocher. La réunion se terminera par un pot.

### Vie paroissiale

**Samedi 9 décembre :** 17h30 : messes à Milizac (Pastorale des Jeunes) et Lampaul-Ploudalmézeau.

**Dimanche 10 décembre :** 10h30 : messes à Trézien, Saint-Renan, Plougonvelin, Landunvez, Ploudalmézeau.

### Association Tre Arzh

**Patrimoine : les croix de Plouarzel.** Une réunion de travail (inventaire en cours, mise en valeur, production de documents...) aura lieu, pour toutes les personnes intéressées par le sujet, le lundi 11 décembre à 20h30 à la médiathèque. Contact : assotrearzh@yahoo.fr

### Swing Penn Ar Bed

Le dimanche 21 janvier, l'association de danse Swing Penn ar Bed, organise sa première foire aux disques et BD, salle polyvalente de Plouarzel, de 9h à 17h 30. Une vingtaine d'exposants seront présents. Entrée gratuite (au chapeau). Petite restauration (crêpes) sur place. Renseignements au : 06.73.25.98.45.

### Ombre du Cerisier

**Atelier Gestion des Emotions :** dimanche 10 décembre, salle Tud Ha Bro, de 9h45 à 12h30. Comment la médecine chinoise perçoit et traite les émotions, des méthodes simples pour faire face aux tempêtes émotionnelles.. Atelier sur inscription. Tarif 15€ (Apportez vos coussins de méditation si vous en avez.). Infos à [contact@lombreducerisier.fr](mailto:contact@lombreducerisier.fr) / tel : 07.77.60.01.04

### CAP Ados

**Pour info,** les jeunes qui sortent du collège à Saint-Renan peuvent rejoindre la Cafet' par la ligne 13 (arrêt à l'aire multimodale). Le retour des jeunes à leur domicile se fera par la navette Cap ados. Accueil Pen An Ilis : nous accueillons les jeunes le samedi de 14h à 16h à l'espace Pen An Ilis à Ploumoguier (bibliothèque). Activités libres : jeux de société, jeux vidéo, mise en place de projets... Pour participer aux accueils jeunes, pensez à la navette Cap ados ! C'est gratuit !

**Cap'actus :** samedi 16 décembre : "Shopping au Marché de Noël de Brest " de 13h30 à 18h - gratuit - prévoir goûter et argent de poche pour vos achats de Noël

### Rucher Expérimental et Pédagogique du Pays d'Iroise (REPMI)

Le REPMI ouvrira son Assemblée Générale du samedi 9 décembre à 10h, salle Tud ha bro à la médiathèque de Plouarzel, à tous ceux qui souhaitent découvrir l'apiculture. Outre le bilan de ses activités en 2023, seront présentés le piégeage des frelons asiatiques, et un historique de l'abeille noire dans notre région. Du miel de son rucher du Gavré sera également proposé à la vente.

### Association de l'Union Nationale des Combattants de Plouarzel Ploumoguier

L'assemblée générale aura lieu le dimanche 28 janvier à 10h dans la salle Océane de Ploumoguier. L'accueil des adhérents se fera à partir de 9h30, vous pourrez payer vos cotisations sur place. Pour les adhérents ne pouvant se déplacer, les cotisations peuvent être réglées par chèque libellé à «UNC Plouarzel-Ploumoguier» et adressé, par courrier, à Patrice Reux (45 rue des frégates – 29810 Plouarzel) ou à Pascal Le Bizec (12 rue Poul al loch – 29810 Plouarzel) dans les meilleurs délais. Une adresse courriel pour contacter l'association est désormais disponible : [uncplouarzel@gmail.com](mailto:uncplouarzel@gmail.com). Vous pouvez également vous inscrire pour recevoir les informations en provenance l'UNC nationale, départementale et locale.

### Les marcheurs du Corsen

**Mardi 12 décembre :** Circuit chapelle de Kerlanou, parking du Moulin Neuf à Ploudalmézeau. Rendez-vous à 13h15 pour le départ de Pontarnou à 13h30.

**Plouarzel Vélo Loisirs**

Prochain rendez-vous dimanche 10 décembre à 9h30 pour VTT à la salle Kerven, circuits selon les participants.

**L'Etoile Saint-Arzel**

Comme chaque année l'ESA organise son traditionnel challenge René Lamour entre les fêtes de Noël le 27 et 28 décembre.

**ANNONCES / KELEIER**

**Les légumes bio de Pen an Dreff.** Vente à la ferme ouverte à tous, tous les mardis soir de 17h à 19h. Présent également sur le marché de St Renan le samedi matin. La Ferme de Pen an dreff, au-dessus de la plage de Porztevigéné à Trézien. Suivez les flèches carotte. Contact Jean Picol au 06.08.55.87.11 ou [lafermedepenandreff@gmail.com](mailto:lafermedepenandreff@gmail.com)

**La Belle Maison :** Frédéric Gélébart. Ramonages de poêles à bois, à granulés et de cheminées, pose de poêles à bois, travaux d'intérieur, nettoyage de gouttières... 6 Streat Ar Stivell Plouarzel 06.45.77.44.93 ou 02.98.03.51.23.

**Thérapeute Reiki,** je vous propose des séances de Reiki : technique simple et naturelle par imposition des mains procurant apaisement du corps et de l'esprit et des séances de sauna infrarouges : chaleur très confortable procurant détente et détoxification de l'organisme, préparation et récupération sportive, action sur le système immunitaire. Plus de détails sur « google » Bien-Être au Phare. Marie thé 06.50.36.22.46.

**Séverine Fain,** propose des cours de dessin et peinture à Porspoder pour débutants et artistes confirmés. Informations et calendrier des cours sur : [www.severinefain.com/cours](http://www.severinefain.com/cours) Contact : 06 09 57 21 10.

**Les Abeilles du Corsen :** Retrouvez-nous les 9 et 10 décembre au marché de Noël de St Renan, les 15 et 16 décembre dans le hall d'entrée du Super U de Plouarzel et les 22 et 23 décembre à la miellerie - 200, Kerdidrun Porsmoguer à Trézien.

**Mymille.** Tattoos tatouages, mille et une idées, mille et une histoires, mille et un souvenirs, mille et un dessins, mymille tatoue pour vous, sur vous pour votre bonheur, pour votre plaisir. Finesse du trait, beauté de l'art, laissez-vous tatouer dans un style floral, ornemental, illustrations, semi réaliste. Mymille Art. Tattoo réalise le dessin unique de vos tatouages. A Plouarzel, 90 b place des Halles. Sur rendez-vous uniquement à [mymilleart.tatoo@hotmail.com](mailto:mymilleart.tatoo@hotmail.com), sur facebook et instagram ou au 07.67.80.08.15.

**Électricité générale.** Eric Hélies, installé depuis février 2023 sur la commune de Plouarzel, vous propose ses services d'électricité dans un rayon de 50 km. Neuf, mise aux normes, rénovation, tableau, dépannage, relamping, antenne TV, entretiens VMC etc. Devis gratuit. Disponible 7j/7, 24h/24 au 07.69.78.13.28 ou [helieseric.29@outlook.fr](mailto:helieseric.29@outlook.fr).

**Les Galets Bleus.** Comment vous sentir mieux et vous faire du bien en ce mois de décembre ? Une séance aux **Galets Bleus** pour relancer votre énergie vitale, dénouer vos tensions corporelles, vous sentir plus détendu, apaisé ! Cartes cadeaux : une belle idée pour ces fêtes de fin d'année. Prendre rendez-vous pour un soin, un massage, une séance en thérapie manuelle ou un accompagnement global corps esprit : 06.70.54.35.56. Au plaisir de prendre soin de vous vers la voie du mieux-être. Véronique Laot – Cabinet de Soins Les Galets Bleus, 10 bis rue des Ecoles, Plouarzel. [www.lesgaletsbleus.com](http://www.lesgaletsbleus.com)

**MEMENTO / EVIT DERC'HEL SOÑ****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

**Dentiste :**

Dr Burle / Dr Clappe 02.98.42.38.68  
**Sage-femme** Mme Le Reste 06.72.19.08.43

**Infirmiers**

Mmes Pelle / Rannou 02.98.89.67.86  
Mmes Begoc / Garnier 02.98.89.39.70

Mmes Hamon / Le Coz 02.98.84.09.91

**Pharmacie de garde** 32 37.  
**Pharmacie du Corsen** 02.98.89.63.43

**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 / Le Mer 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 – Génomogramme**

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 médecine chinoise, fasciobioenergie, shiatsu traditionnel**

Mme Dugornay 06.76.17.84.71

**Assistante sociale CDAS** 02.98.84.23.22

**ENEDIS (service dépannage)**

**SPL Eau du Ponant** 09.72.67.50.29

**Ambulance de la Pointe** 02.29.00.78.78

02.98.32.60.60

**Taxis**

.oM. 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

**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](mailto:plouarzel.animation@plouarzel.bzh)

**Médiathèque / Centre multimédia** 02.98.89.34.94.  
[mediatheque@plouarzel.bzh](mailto: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-17h, 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

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