



MOUEZ TI KEAR

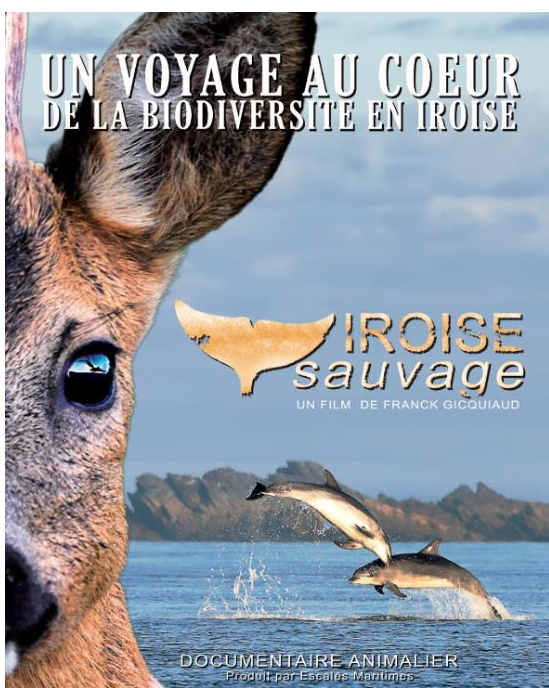
Plas ker, 29810 Plouarzel
02.98.89.60.07
mairie@plouarzel.bzh /www.plouarzel.fr

n° 4
24 et 25 janvier 2025
D'an 24 ha 25 genver 2025

Lundi : 8h30-12h / 14h30-17h,
Mardi, Jeudi et Vendredi : 8h30-12h/ 13h30-17h,
Mercredi et Samedi : 8h30-12h

Frazenn ar sizhun

" Ar moc'h a dec'h kuit pa welont o skeud er gwelien, re danav e vez neuze dezho ! "
" Les porcs s'enfuient quand ils voient leur image dans leur manger, il n'est pas assez épais pour eux ! "



Vendredi 31 janvier
Château de Kervéatoux - 20h00
Sur réservation - 5,50 € / Personne

10€ les 3 mètres - Salle omnisport de Plouarzel
Infos et réservations au 06.70.00.70.15



VIDE GRENIER

Dimanche 2 Février 2025
Organisé par l'association LES BIDOURICS
OUVERT À TOUS

9h/17h

Entrée :
1€50
(Gratuit -18 ans)

Petites restaurations sur place : Crêpes, Boissons, Sandwichs



DON DE SANG

Réservez votre RDV sur dondesang.efs.sante.fr

PLOUARZEL SALLE POLYVALENTE

Vendredi 14 février
8h30 - 13h

PRENEZ RDV
EN LIGNE
OU AU
02 23 22 53 97

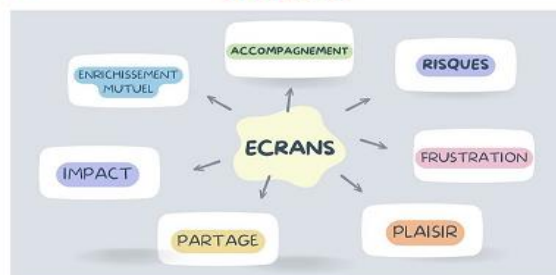


dondesang.efs.sante.fr

MEDIATHEQUE DE PLOUARZEL

BIEN GRANDIR DANS UN MONDE D'ECRANS

MARDI 28 JANVIER
20H30



**CONFÉRENCE
ANIMÉE PAR MONIQUE HOARAU**
SUR INSCRIPTION

Renseignements et inscriptions : 0298893494, mediatheque@plouarzel.bzh, facebook et sur place
4 ROUTE DE SAINT RENAN, PLOUARZEL.

Services municipaux

La Mairie :

Service cartes d'identité/passeport : en 2024, 1365 cartes d'identité et 953 passeports ont été délivrés à la mairie de Plouarzel.

Coupage de courant : le vendredi 31 janvier de 8h45 à 12h00 au lieu-dit Le Carpont.

Menus de la cantine

(sous réserve de modification)

Lundi : segment de pamplemousse, gratin de choux fleur/lentilles/pommes de terre et emmental, flan caramel.

Mardi : betteraves rouges râpées, spaghettis bolognaise/fromage râpé, clémentine

Mercredi : duo carotte céleri, râble de garenne/gnocchi parmesan, petits suisses aux fruits.

Jedi : feuilleté fromage, beignet de légumineuses/petits pois extra fins, poire.

Vendredi : poisson pané/trio de carottes/sauce aux algues, six de Savoie, madeleine maison.

France Services Plouarzel

02.98.36.27.31, france.services@plouarzel.bzh

Ou sur la page Facebook @Franceservicesplouarzel

Point info :

France Services sera fermée le jeudi 30 janvier. L'agence postale reste ouverte aux horaires habituels. Merci de votre compréhension.

Point permanences :

Écrivain public : le 4^{ème} mardi de chaque mois de 10h à 12h, sans rendez-vous. Prochaine permanence le mardi 28 janvier. Il peut vous accompagner dans la rédaction de vos courriers : personnels, juridiques, vœux sur Parcoursup, lettre de motivation, CV...

Accueil fiscal : deux lundis par mois de 14h à 17h, sur rdv (se renseigner auprès de France Services). Prochaine permanence le lundi 3 février.

Gendarmerie : le 1^{er} jeudi du mois, de 9h à 12h00, sans rdv. Prochaine permanence le jeudi 6 février.

Conciliation de justice : le 2^{ème} mardi de chaque mois, de 14h à 17h, sur rdv à France Services. Prochaine permanence le mardi 11 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 le vendredi 14 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 20 février.

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 20 février.

Don du sang. Maison France Services vous aide à prendre rendez-vous pour le don du sang du vendredi 14 février.

Point justice (en Visio avec un juriste) : 3^{ème} vendredi de chaque mois, de 14h à 17h, sur rdv auprès de France Services. Prochaine permanence le vendredi 21 février.

MGEN : un mardi par mois de 9h à 12h sans rdv (se renseigner à France Services) et de 13h30 à 16h30 sur rdv au 3676. Prochaine permanence le mardi 21 janvier.

La Médiathèque

02.98.89.34.94, mediatheque@plouarzel.bzh

➤ Animations gratuites, sur inscription

➤ **Conférence** « Bien grandir dans un monde d'écrans » animée par Monique Hoarau le mardi 28 janvier à 20h30. Nous sommes entourés d'écrans et les enfants naissent à l'ère du numérique. Cette conférence est un temps pour comprendre les bienfaits mais aussi les impacts quelques soit l'âge... Des bébés aux seniors. Comment faire pour que ces temps d'écrans deviennent un temps d'enrichissement et de partage et non un lieu de risques et de dangers ?

➤ **Heure du conte** pour les 5-8 ans le mercredi 29 janvier à 10h30. Histoires et bricolages sur le thème du cinéma. Inscription jusqu'au mardi 28 janvier.

➤ **Temps de jeux bébés** le vendredi 31 janvier entre 10h et 12h. Venez profiter d'un espace aménagé pour les plus petits.

➤ **Bébés lecteurs** le mardi 4 février à 9h45 et 11h.

Vie paroissiale

Samedi 25 janvier, à 18h messes à Lamber & Portsall

Dimanche 26 janvier, à 9h30 messes à Plouarzel, Ploudalmézeau, à 11h messes à Saint-Renan, Landunvez, Plougouvelin.

KIG HA FARZ
de la Paroisse

Dimanche 23 Février 2025
salle polyvalente de Plouarzel
à 12 h

organisé par la communauté chrétienne locale Corsen Notre Dame

15€ sur place
7€ enfants (6-11ans)
Gratuit -6 ans
14€ à emporter
(pensez à amener vos récipients)

Église catholique en Finistère
Lamber, Lampaul, Plouarzel, Ploumoguier, Trezien

Les marcheurs du Corsen

Mardi 28 janvier : circuit presqu'île Saint Laurent, parking de l'église de Porspoder. Rendez-vous à 13h15 pour le départ de Pontarnou à 13h30.

PlouarZen yoga

Ouverture d'une séance supplémentaire de Hatha Yoga, le jeudi de 18h45 à 20h15 à partir du jeudi 6 mars. Possibilité de faire une séance d'essai en janvier et février sur un des autres créneaux avant de débiter le 6 mars. Horaires des séances : lundi 9h40 (Yoga Nidra, détente profonde), 16h40 (Hatha Yoga), 18h30 (Hatha Yoga), mardi 18h45 (Hatha Yoga), jeudi 10h45 (Hatha Yoga doux), 18h45 (Hatha Yoga à partir du 6 mars, essai et inscription en janvier et février). Il est possible de s'inscrire à tout moment dans l'année pour participer aux cours. Contact : PlouarZen Yoga : plouarzenyoga@gmail.com ou Céline : 06.21.91.85.52.

ADMR du Pays d'Iroise

Ateliers d'auto-réflexologie. Samedi 1^{er} février, Valérie Merrien réflexologue vous propose deux ateliers pour apprendre les gestes d'auto-stimulation afin de soulager les douleurs dorsales. Auto-réflexologie palmaire le matin à 10h et faciale à 14h30. L'atelier d'1h30 limité à 4 personnes se déroulera à la maison ADMR Ti Cocon. La réservation se fait en ligne sur RESALIB Valerie Merrien ou au 06.80.45.19.01

Visa Numérique Bretagne



Vous avez besoin d'aide pour utiliser vos outils numériques ? Bénéficiez d'un accompagnement gratuit avec le Visa Numérique Bretagne

Proposé et financé par la Région Bretagne, le Visa Numérique Bretagne vise à accompagner gratuitement les Bretonnes et les Bretons pour les aider à devenir autonomes dans leurs usages numériques. En fonction des besoins de chacun, les médiateurs rices du réseau proposeront un parcours ajusté avec les modules choisis et à un rythme adapté. En Bretagne, plus de 70 structures publiques et privées proposent des accompagnements gratuits sous différents formats dans plus de 120 lieux (en collectif ou en individuel, sur rendez-vous ou en accès libre...). Si vous souhaitez être accompagné, contactez la structure partenaire la plus proche de chez vous. Retrouvez la liste des partenaires sur bretagne.bzh/visanumerique.

Dragon Iroise Muay Thaï de Plouarzel

Le 1^{er} mars, le Dragon Iroise Muay Thaï de Plouarzel organise un gala caritatif de boxe thaïlandaise dont les bénéfices seront reversés au fond de dotation INNOVEO de l'hôpital Morvan de Brest pour la recherche médicale. Ouverture des portes à 18h30, début des combats à 19h30. Entrée 20€. Restauration sur place.

Plouarzel Vélo Loisirs

Prochain rendez-vous dimanche 26 janvier à 9h30 pour VTT à la salle Kerven, circuits selon les participants.

Association Familles Rurales Plouarzel

Les bricoleurs du dimanche : Ne plus jeter, apprendre à réparer L'équipe de bénévoles vous attend avec vos appareils à réparer. Dans un lieu convivial, entourés de personnes avec diverses compétences équipées d'outils, venez donner une deuxième vie à vos objets. Accès ouvert à tous. Nouveautés : ouverture 2 fois par mois. Rendez-vous : le dimanche 12 janvier de 9h30 à 12h à la Maison de l'enfance de Plouarzel. Participation : 1€.

La Ty Fripp Boutik. Le mardi et le jeudi de 14h30 à 17h30 et le samedi de 9h30 à 12h à la Maison de l'enfance Plouarzel. Ouvert à tous. Vous trouverez des vêtements de toutes tailles (bébés, enfants, adultes, grossesse etc...) à petits prix. La Ty fripp boutik est une action solidaire, sociale et écologique.

Association Tre Arzh

➤ L'association TRE ARZH rappelle sa prochaine réunion de travail, ouverte à tous : les Croix de Plouarzel, le lundi 27 janvier à la médiathèque de Plouarzel, à 20h15.
➤ L'association recherche pour son futur livre sur les croix, les croix christianisées, et les pierres remarquables de Plouarzel des témoignages (anecdotes, faits historiques, événements marquants, insolites, légendes, coutumes du passé ou familiales, traditions oubliées, etc...), mais aussi le signalement de déplacements de croix, emplacement de fûts ou de croix abandonnés, ou morceaux de croix oubliés, ou enfouis sous les ronces... Parlez-en autour de vous, dans votre famille, nous avons besoin de vous ! Merci d'envoyer votre témoignage écrit, accompagné de vos coordonnées, et l'adresse de la croix concernée, (si possible une photo) par mail à : serge.teneze@gmail.com ou par courrier à : TRE ARZH 4 route de Saint Renan, 29810 Plouarzel.

Association UNC Plouarzel-Ploumoguier

L'assemblée générale de l'association aura lieu le dimanche 2 Février à partir de 10h dans la salle conseil municipal de la mairie de Plouarzel. 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 Chantal Reux (45 rue des frégates – 29810 Plouarzel) ou à Pascal Le Bizec (12 rue Poul al loch – 29810 Plouarzel) dans les meilleurs délais. Rappel du prix des cotisations : ancien combattant ou soldat de France avec abonnement « La voix du combattant » 38€, sans abonnement 27€ et veuve avec abonnement « La voix du combattant » 26€, sans abonnement 15€. Une adresse courriel pour contacter l'association est désormais disponible : plouarzelunc@gmail.com. Vous pouvez également vous inscrire pour recevoir les informations en provenance l'UNC nationale, départementale et locale.

Etoile Saint-Arzel

Rougail saucisse le 8 février à partir de 19h à la salle polyvalente de Plouarzel. Tarif 12€, 8€ pour les moins de 12 ans, gratuit pour les moins de 6 ans. Organisé par l'Etoile Saint-Arzel, ouvert à tous. Réservations avant le 31 janvier au 07.67.58.39.27.

Plouarzel Basket Club

Les matchs séniors auront lieu ce dimanche à la salle du bourg : à 10h30 séniors gars 3 reçoivent Coataudon, à 13h15 séniors gars 4 reçoivent Concarneau et à 15h30 séniors filles 1 reçoivent Crozon.

SOS Amitié

SOS Amitié. 7j/7j, 24h/24h, des écoutants aident à mettre des mots sur la souffrance et à prendre du recul pour retrouver le goût de vivre. Contact soit par tél. au 02.98.46.46.46 soit par chat ou messagerie à sos-amitié.com. L'association recherche des écoutants bénévoles pour son lieu d'écoute à Brest. Formation assurée. Les candidatures sont à adresser soit à SOS Amitié, BP 11218, 29212 Brest Cedex 1, soit par courriel à sos-amitie-brest@sfr.fr.

ANNONCES / KELEIER

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

Beauté des Lys : Morgane vous accueille du mardi au samedi de 9h30/12h et de 14h/18h30 (le samedi après-midi sur RDV). Épilations, soins visage/corps, maquillage autour du regard, manucure et microblading (tatouage des sourcils). Institut Beauté des Lys, 2 rte de St Renan à Plouarzel (Parking de la Médiathèque), www.beautedeslys29810.wixsite.com/website, Tél. 02.98.30.58.47 / 06.65.20.64.90.

MEMENTO / EVIT DERC'HEL SOÑJ

Médecin : En cas d'urgence, appelez le 15
Dr Philippe / Dr Marion / Dr Nédélec Maïia // 02.98.80.22.91
Dr Lazennec 02.98.89.34.95

Dentiste :
Dr Burlé / Dr Clappe / Dr Genest / Dr André 02.98.42.38.68
Sage-femme Mme Le Reste 06.72.19.08.43

Infirmiers
Mmes Begoc / Raoul / Treguer 02.98.89.39.70
Mmes Hamon / Le Coz 02.98.84.09.91
Mmes Pelle / Rannou 02.98.89.67.86

Pharmacie de garde 32 37.
Pharmacie du Corsen 02.98.89.63.43

Orthoptiste
Mme Lassau doctolib // 06.99.38.25.45

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
Mme Le Verge 02.98.89.36.15

Cabinet "l'Eclaircie"
Psychologue – Diététicienne Mme Lebrun 06.58.45.16.07
Psychomotricienne Mme Donval 06.08.02.89.23
Kiné spécialisé en pédiatrie Mme Pietromartire 06.58.27.84.29

Aides-soignants à domicile 02.98.84.61.44

Cabinet d'Ostéopathie :
M. Bellec 06.59.42.89.19
M. Vaillant 02.98.37.28.21

Pédicure Podologue Mme Savina 02.98.89.33.42

Orthophoniste
Mmes Kermorgant / Calvez / Poels 09.82.59.82.41

Psychologue M. Labous 06.30.26.32.63

Psychologue – pédagogue
M. Roué 06.72.29.77.27

Conseillère conjugale et familiale – sexologue – Génogramme
Mme Hoarau 06.80.30.22.40

Taxis
Corolleur 06.08.61.04.31
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

Ambulance de la Pointe 02.98.32.60.60
ENEDIS (service dépannage) 09.72.67.50.29
SPL Eau du Ponant 02.29.00.78.78

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, et fermé les jeudi, samedi et dimanche.

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

Médiathèque / Centre multimédia 02.98.89.34.94.
mediatheque@plouarzel.bzh
Mardi 16h30-18h30, mercredi 10h-12h et 14h-17h30, vendredi 10h-12h et 16h30-18h30, samedi 9h-12h, 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 10h-12h et 14h-17h, fermée le mardi et du mercredi au samedi 10h-12h/14h-17h, et le dimanche 10h-12h, fermée les jours fériés.

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; L'annonce concernant la rubrique « annonces » est tarifée à 2.50 € par délibération du Conseil Municipal dug décembre 2024.