

INKANTER SANT-TEGONEG LOEGUINER

Samedi 3 février 2018
saint-thegonnec-loc-eguiner.bzh



Numéro 55

BIBLIOTHÈQUE

Le ciel hivernal et ses nuances de gris... Vous en avez assez ? Mettez de la gaieté avec notre sélection de livres, pour janvier et février, aux couvertures couleur soleil et ses 50 nuances de jaune.

Horaires de la bibliothèque : Lundi : 10h-12h/16h30-18h30 ; mardi, jeudi et vendredi : 16h30-18h30 ; mercredi : 14h30-18h30 ; samedi : 10h-12h. Contact : Tél. 02 98 78 96 83.

bibliotheque@saint-thegonnec-loc-eguiner.bzh
www.biblio-st-thegonnec-loc-eguiner.com

COUPURE DE COURANT

Afin d'améliorer la qualité de la distribution électrique, ENEDIS (anciennement ERDF) réalisera des travaux sur le réseau électrique, entraînant une ou plusieurs coupures de courant, les :

- **mardi 6 février**, entre 8h45 et 12h15, dans les secteurs suivants :

Zone artisanale de la gare, Cozode, Le Cougn, Le Keff, Lescoat, Marques, Ty Croas, Kerguelen, Coulart, Kerdrein et Croas Creis.

- **jeudi 8 février**, entre 13h30 et 16h30 à Langoat et Merdy.

APRES-MIDI INTERGENERATIONNEL

Découverte de jeux en bois et jeux de société

Organisé le **mardi 27 février** de 14h à 17h, à la salle des fêtes en Saint-Thégonnec, par le CCAS de Saint-Thégonnec Loc-Eguiner en collaboration avec Ti Glas EPAL, la Résidence Sainte-Bernadette et les amicales de retraités des deux bourgs. Avec la participation de l'association Dézépions de Brest. Gratuit avec goûter offert.

Ouvert à toute la population de Saint-Thégonnec Loc-Eguiner.

Inscription en mairie avant le 22 février au 02 98 79 61 06 ou mairie@saint-thegonnec-loc-eguiner.bzh.

THE DANSANT DU COMITE LOCAL DE LA FNACA

Animé par Jo Even et son orchestre le **dimanche 4 février** à 14h30 à la salle des fêtes en Saint-Thégonnec.

PORTES OUVERTES DU COLLEGE SAINTE-MARIE

Le **vendredi 16 février** de 17h à 19h et le **samedi 17 février** de 9h à 12h. Vous pourrez visiter, vous renseigner et vous inscrire.

LES MERCREDIS DE FEVRIER A TI GLAS

Mercredi 7 février : préparons les crêpes pour le goûter !

Mercredi 14 février : maquillages au choi et jeux de société.

Mercredi 21 février : Jeux sportifs en extérieur.

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter Laëtitia Jacq au 02 98 79 68 65 ou mail : laetitia.jacq@epal.asso.fr.

Aucune inscription par mail ne sera acceptée. Les inscriptions doivent parvenir dernier délai le lundi matin avant 9h00. L'inscription est obligatoirement repas + après-midi ou après-midi.

PROJET D'ANTENNES TELEPHONE ORANGE

Afin d'assurer une meilleure couverture du territoire, des réseaux de téléphonie mobile, Orange projette d'installer deux antennes sur la commune de Saint-Thégonnec Loc-Eguiner :

- à Kernevez Kuz Heol,

- à Leinbahu.

Les travaux sont prévus à partir de juin 2018 pour une mise en service en octobre 2018.

Les dossiers d'information, émanant d'Orange, relatifs à ces projets d'installation d'antennes sont consultables en mairie de Saint-Thégonnec.

VACANCES D'HIVER A TI GLAS

Lundi 26 février : Matin : La mascotte Arlequin ou animation sportive 3/5 ans - Tir à l'arc et ping-pong 6/10 ans (Tristan).

Après-midi : Animations sportives.

Mardi 27 février : Matin : Animation photos et création d'une histoire animée. Après-midi : Animation festive inter-générationnelle (jeux en bois, jeux de société...) et goûter crêpes.

Mercredi 28 février : Matin : Déco tout en couleurs 3/5 ans - Animation athlétisme avec Etienne Dobbobi 6/10 ans (Nicolas).

Après-midi : Balade dans les bois 4/10 ans. Apportez une paire de bottes (Nicolas).

Jeudi 1^{er} mars : Matin : Grand jeu : à la recherche des couleurs d'Arlequin 3/5ans - Animation à définir (Nicolas) 6/10 ans.

Après-midi : Jeux musicaux.

Vendredi 2 mars : Sortie aux écuries de Saint-Thégonnec. Le matin pour les 3/5 ans et l'après-midi pour les 6/10 ans. Merci d'apporter une paire de bottes, une veste chaude et une tenue de rechange si besoin.

Lundi 5 mars : Matin : Accrogym 3/5 ans (Nicolas) - Les empreintes 6/10 ans. Après-midi : Mascotte Arlequin 4/5 ans - Animation Hip-Hop avec Nicolas 6/10 ans.

Mardi 6 mars : Fabrication d'instruments de musique 3/5 ans - Tir à l'arc + ping-pong (Pascal) 6/10 ans. Après-midi : Balade et jeux en extérieur 4/5 ans - Activités avec l'EHPAD 6/10 ans.

Mercredi 7 mars : Sortie à la journée à Pleyber-Christ : le Parcabout du Domaine du Treuscoat. Départ 9h45 retour 17h00. Prévoir une tenue sportive. Un pique-nique est prévu par le centre.

Jeudi 8 mars : Matin : Scrapbooking + jeux sportifs. Après-midi : Scrapbooking (suite) + jeux sportifs.

Vendredi 9 mars : Matin : La cuisine des p'tits chefs, maquillage et si vous le souhaitez, apportez vos déguisements ! Après-midi : C'est la fête !

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter Laëtitia Jacq au 02 98 79 68 65 ou par mail : laetitia.jacq@epal.asso.fr.

Le coupon-réponse est à rapporter au centre de l'enfance Ti Glas le vendredi 16 février à partir de 16h30 jusqu'à 19h15. Les inscriptions seront faites ce jour-là.



LES TEMPS D'EVEIL

Proposés par le Relais Parents Assistantes Maternelles du Territoire de Morlaix, ils continuent en 2018.

Ces temps d'animations, proposés au centre multi-accueil Ti Ar Bleizig, sont ouverts aux jeunes enfants accompagnés d'un assistant maternel, garde à domicile, parent, grand-parent... Voici les dates pour le 1^{er} semestre 2018 : mardis 6 et 20 février, mardis 13 et 27 mars, mardis 15 et 29 mai, mardis 5 et 19 juin et mardi 3 juillet.

Les inscriptions pour le trimestre se font par téléphone en contactant le RPAM au 02 98 88 17 34 .

Toutes les informations concernant ces animations ainsi que les autres actions proposées par le Relais Parents Assistantes Maternelles du Territoire de Morlaix sont sur le site Internet : www.rpam-morlaix.com.

LA MISSION LOCALE DU PAYS DE MORLAIX

Un "espace jeunes" accueille les jeunes de 16 à 25 ans qui ont besoin d'informations, de conseils et de soutien dans leur orientation sociale et professionnelle. Des permanences de Yoann Dutertre ont lieu, en mairie de Saint-Thégonnec, un mardi après-midi sur deux, les semaines paires.

Contact : 02 98 15 15 50.

Prochaine permanence le mardi 6 février à 14 heures.

ASSISTANTE SOCIALE

Mme Françoise Laurent, assistante sociale, assure une permanence mensuelle en mairie le premier jeudi de chaque mois, entre 9h et 12h. Pour prendre rendez-vous ou pour tout renseignement, s'adresser au CDAS à Morlaix, 21 rue de Poulfanc. Tél. : 02 98 88 99 90.

Prochaine permanence, exceptionnellement, le jeudi 8 mars.

QUELLE FORMATION APRES LE BAC

Alternance ? Etudes courtes, études longues ? Comment reprendre ses études après une expérience professionnelle ? Venez découvrir 250 formations dans 7 domaines lors des journées portes ouvertes de l'Université de Bretagne Occidentale **le 10 février à Quimper et le 17 février à Brest**. Etudiants, enseignants et personnels de l'UBO seront là pour répondre à toutes vos questions. Tous les détails du programme en ligne sur www.univ-brest.fr. Vous y trouverez les plans d'accès sur les différents sites.

AU FIL DU QUEFFLEUTH ET DE LA PENZE

Animations pour les vacances de février

Mercredi 28 février : Les p'tits artistes à la plage. Découverte de la plage et de ses trésors pour réaliser des œuvres éphémères aux couleurs de la nature. RDV à 10h, sur le parking du port de Carantec. Prévoir des bottes. **Renseignement et inscription : 02 98 78 45 69**. Tarifs : 5 € (non adhérent) ; 3 € (adhérent) ; 6-12 ans : 2 €.

Samedi 3 mars : Jouer avec le papier. A partir de papier de récup' et d'une dose d'imagination, venez apprendre des techniques de pliage et de découpage pour créer vos propres œuvres. Animation gratuite. **Inscription obligatoire au 02 98 78 45 69** (atelier limité à 15 personnes). A partir de 6 ans. RDV à 14h, sur le parking de la mairie du Cloître-Saint-Thégonnec.

Mercredi 7 mars : Grenouilles et compagnies. Avec la panoplie des explorateurs (bottes, épuisettes, loupes...), partez à la découverte de l'étonnant peuple des mares ! RDV à 14h, sur le parking de l'école du Véléry, à Plourin-lès-Morlaix (en face du lycée Tristan Corbière). Prévoir des bottes. **Renseignement et inscription : 02 98 78 45 69**. Tarifs : 5 € (non adhérent) ; 3 € (adhérent) ; 6-12 ans : 2 €.

DEMARCHES EN LIGNE

Dans le cadre de la mise en œuvre du Plan Préfecture Nouvelle Génération, les procédures de délivrance des titres sont désormais dématérialisées.

Aussi, pour les usagers, il n'est plus nécessaire de se rendre en préfecture pour de nombreuses démarches administratives. Elles peuvent être effectuées en ligne (24h/24 et 7j/7) sur le site Internet de l'agence nationale de traitement des titres sécurisés (ANTS) : www.ants.gouv.fr. Néanmoins, les services de l'Etat proposent aux usagers, ne disposant pas d'un accès à Internet, des « points numériques » à la préfecture et dans les sous-préfectures. En outre, un accès au numérique est proposé dans les 12 maisons de services au public du département, et **notamment celle située dans les locaux du bureau de poste de Saint-Thégonnec**.

Ces dispositifs sont destinés à accompagner les usagers éloignés d'Internet dans leurs démarches administratives relatives aux cartes d'identité, passeports, cartes grises ou permis de conduire.

Depuis le **lundi 8 janvier 2018**, un point numérique est ouvert au public du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h 30 à la Sous-Préfecture de Morlaix.

REUNION MSA PREVENTION SANTE :

Nutrition et équilibre alimentaire

Manger est un des plaisirs de la vie ! Il nous procure un certain bien-être que nous associons souvent à une bonne santé. Toutes les études le confirment : nous construisons notre santé avec notre alimentation. Une alimentation variée et équilibrée concourt à la préservation d'un bon état de santé, à contrario, les excès participent de façon majeure à la survenue de certaines maladies répandues. C'est pourquoi, la nutrition constitue un des premiers enjeux de santé publique. Alors, comment bien manger pour être en bonne santé ?

Une réunion d'information publique sur l'équilibre alimentaire aura lieu **vendredi 16 février** à 20h30, à la salle socio-culturelle de Ploujean. Cette soirée, gratuite et ouverte à tous, sera animée par une diététicienne de l'association Défi Santé Nutrition.

Les élus MSA des secteurs de Morlaix et Saint-Thégonnec Loc-Eguiner, organisateurs de cette soirée, vous invitent à y assister nombreux. Entrée gratuite, ouvert à tous.

Appareils de froid :

réduire votre consommation d'énergie

Le réfrigérateur et le congélateur sont des appareils très énergivores car contrairement à d'autres appareils électriques, ils fonctionnent 24h/24. A l'achat, il faut prendre garde à bien choisir un modèle adapté à la taille de votre foyer et à regarder attentivement l'étiquette énergie. Si possible, tachez de placer vos appareils de froid loin d'une source de chaleur, comme un four ou une fenêtre ensoleillée par exemple. En effet, plus l'air ambiant sera chaud, plus il faudra d'énergie pour le descendre à la température souhaitée. La température de consigne se situe entre 2,7 et 4°C pour le réfrigérateur et -18°C pour le congélateur. Pensez à dégivrer votre congélateur régulièrement : à partir d'1 cm de givre, il consomme 30% d'électricité supplémentaire !

Heol vous offre un conseil neutre et gratuit pour vos projets de construction, rénovation et économies d'énergie au 38 rue du mur à MORLAIX (permanence l'après-midi sur RDV). Plus d'infos au 02 98 15 18 08 et www.heol-energies.org