

INKANTER SANT-TEGONEG LOEGUINER

Samedi 24 novembre 2018
saint-thegonnec-loc-eguiner.bzh



Numéro 76

BIBLIOTHÈQUE

Thématique de novembre :

Salon du livre jeunesse « Baie des livres ».

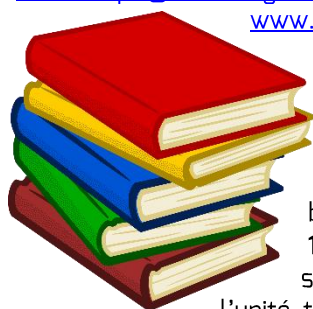
A noter que le 7^{ème} salon « La Baie des Livres » aura lieu à la salle du Roudour de Saint-Martin-des-Champs les **24 et 25 novembre** et que votre bibliothèque y sera présente.

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

Braderie



Vous voulez faire plaisir pour pas cher en cette période de fêtes, vous devriez trouver votre bonheur à la braderie de la bibliothèque qui aura lieu le **samedi 15 décembre** de 10h à 12h. Les livres seront vendus entre 0,50 € et 1 € l'unité, tarifs réduits par lots.

INTERCLUB

Les Trotteurs et Marcheurs de la Penzé organisent, **dimanche 25 novembre**, leur interclub. Deux distances de courses seront proposées : 12 et 16,5 km, courues à allure modérée, ainsi que 2 distances de marches : 8 et 11 km. Départ du stade de Saint-Thégonnec Loc-Eguiner à 9h30, pour tous. Gratuit, avec soupe chaude et pot de l'amitié offerts à l'arrivée. Ouvert à tous les amoureux de la nature et d'un bon bol d'air le dimanche matin.

Renseignements : Hervé DERRIEN 06 76 41 64 64

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 le **mercredi 5 décembre :**

- **de 9h à 11h45** aux lieux-dits : Guernivon, Rimpirou, Keroriou et Creach Gorniel.

- **de 9h à 12h** au lieu-dit Kergardec Bras.

- **de 14h à 16h** au lieu-dit Kerargant.

- **de 14h à 16h** aux lieux-dits : Lannivon, Le Cosquer, Le Fers, Kervilit, Bailleguen et Keranot.

LA PASSERELLE

Votre enfant a 10 ans en 2019. Il a la possibilité de rejoindre la passerelle dès les prochaines vacances.

La passerelle se situe à Ti Ar Re Yaouank à l'étage, avenue de Bel Air en Saint-Thégonnec.

C'est un endroit où se retrouvent les jeunes âgés de 10 à 13 ans pour participer à diverses activités. Le programme est proposé avant chaque vacances. Les activités se déroulent de 14h à 17h ou à la journée.

Une réunion d'information vous est proposée le **mardi 4 décembre** à 20h à la passerelle.

N'hésitez pas à passer le message à toutes les personnes intéressées autour de vous pour les enfants nés en 2009.

CAUSERIE PARENTALE

Porté par la municipalité, un comité de pilotage réunissant les écoles, le collège, les associations de parents d'élèves, l'équipe du Centre de l'Enfance, EPAL, travaille depuis septembre 2017 sur la question des relations entre enfants, adolescents mais aussi entre parents et enfants. Mardi 13 novembre une première « causerie parentale » s'est tenue à Saint-Thégonnec Loc-Eguiner. Ouverte à tous, gratuite, et animée par un professionnel, M. Saunier psychanalyste et formateur point de repères pour l'Association EPAL, elle avait pour objectif de proposer aux parents de venir échanger, l'espace d'une soirée sur « c'est quoi être parent en 2018 ? » Partant de l'idée que les parents et les enfants d'aujourd'hui sont différents de ceux d'hier, M. Saunier a amené près d'une cinquantaine de parents à se poser des questions sur les repères éducatifs de chacun, les différences entre besoins et désirs des enfants, mais aussi les caprices, colères des enfants et désaccords dans les couples parentaux. Autant de sujets inépuisables qui ont donné envie à bon nombre de parents de revenir à d'autres causeries parentales.

Prochaine causerie, le mardi 27 novembre à 20h, salle des associations en Saint-Thégonnec sur le thème : être parent d'ados en 2018.

GOUTER DU CCAS

Le goûter de Noël des Aînés (pour les 65 ans et plus) sera servi à la salle du Quinquis en Loc-Eguiner-Saint-Thégonnec le **mardi 11 décembre** à partir de 15 heures.

Un service de transport est prévu au départ de Park An Iliz à 14h30. Inscription obligatoire en mairie avant le 3 décembre.

Contact : 02 98 79 61 06.

COLLECTE POUR LA BANQUE ALIMENTAIRE

Le CCAS de Saint-Thégonnec Loc-Eguiner compte sur votre générosité lors de la collecte de la Banque Alimentaire qui aura lieu au magasin Utile de la commune les :

- **vendredi 30 novembre,**

- **samedi 1^{er} décembre,**

- **dimanche 2 décembre.**

La totalité de cette collecte est destinée aux bénéficiaires de la commune.

RANDONNEE

L'Association Saint-Thégonnec Patrimoine Vivant propose le **dimanche 25 novembre**, une randonnée pédestre, ouverte à tous. Deux circuits au choix (5 ou 9 Km). Départ à 14h précises de Park an Iliz. Covoiturage jusqu'à Kergalan (Saint-Thégonnec).

GOUTER DE NOEL DE L'UNC

L'UNC locale organise le **5 décembre**, dans la salle des associations en Saint-Thégonnec, son traditionnel goûter de Noël au profit de ses adhérents et de leur conjoint. A partir de 13h jeux divers suivis d'un buffet campagnard.

NOUVELLE ENSEIGNE SUR LA COMMUNE

Besoin d'un dépannage informatique ? vous pouvez contacter Robert Le Jeune à RLJ-inform@tqic.com au 06 51 27 40 92 ou par mail : rlj.informatique29@gmail.com.

ASSISTANTE SOCIALE

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

La prochaine permanence aura lieu le jeudi 6 décembre.

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.

En raison d'une réunion interne, il n'y aura pas de permanence le mardi 27 novembre. Prochaine permanence le 11 décembre.

INTOXICATIONS AU MONOXYDE DE CARBONE

Lorsque les températures baissent, les risques d'intoxication au monoxyde de carbone (CO) augmentent. Entre le 1^{er} septembre 2016 et le 31 mars 2017, 145 personnes ont ainsi été intoxiquées en Bretagne (3 554 en France).

Invisible, inodore et non irritant, le monoxyde de carbone est un gaz indétectable. Des gestes simples contribuent pourtant à réduire ces intoxications.

L'indispensable entretien de systèmes de chauffage

Les principales circonstances d'intoxication au CO sont associées à des appareils de chauffage ou de production d'eau chaude à combustion (gaz naturel, bois, charbon, fuel, butane, propane, essence ou pétrole...) mal entretenus ou mal installés.

Des défauts d'entretien ou d'installation des conduits d'évacuation, dans des locaux insuffisamment aérés, sont aussi fréquemment observés. Par ailleurs, une intoxication sur 4 est due à un appareil non raccordé, le plus souvent utilisé de manière inappropriée : un chauffage mobile d'appoint utilisé de façon prolongée, un groupe électrogène ou un brasero/barbecue fonctionnant dans un espace clos.

Maux de tête, fatigue, nausées .

Les symptômes de l'intoxication au CO - maux de tête, fatigue, nausées - apparaissent plus ou moins rapidement et peuvent toucher plusieurs personnes au sein du foyer.

Une intoxication importante peut conduire au coma et à la mort, parfois en quelques minutes. Il est donc important d'agir très vite. En cas de suspicion d'intoxication, aérez immédiatement les locaux, arrêtez si possible les appareils à combustion, évacuez les locaux et appelez les secours en composant le 15, le 18 ou le 112 (et le 114 pour les personnes malentendantes).

La prise en charge des personnes intoxiquées doit intervenir rapidement, dès les premiers symptômes, et peut nécessiter une hospitalisation.

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... Les dates pour ce trimestre : mardi 27 novembre, mardis 4 et 18 décembre.

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.

EN QUETE DE CULTURE

Morlaix Communauté souhaite connaître les aspirations des habitants de son territoire en matière culturelle : les pratiques, les besoins et les attentes. Pour ce faire, l'enquête proposée en juin dernier nécessite d'être complétée afin d'obtenir le maximum de témoignages. Vous pouvez y répondre par le formulaire papier disponible en mairie ou en suivant ce lien : <https://frama.link/enquetedeculture2>.

GYM ADULTES

Envie de bouger, Rejoignez-les ! Programme des séances :

FITNESS : lundi de 19h15 à 20h15 – Salle des fêtes – Séance animée par Véronique Janura. Échauffement et enchaînement musical. Travail des abdos, fessiers, étirements, détente.

ZUMBA : lundi de 20h30 à 21h30 – Salle des fêtes – Cours animé par Laura. Programme de fitness colombien s'appuyant sur des rythmes et chorégraphies inspirées des danses latines.

PILOXING : mercredi de 18h40 à 19h40 – Salle des fêtes – Cours animé par Laura. Trois sports associés : la boxe, le Pilates et la danse.

RENFORCEMENT MUSCULAIRE : Mercredi de 19h45 à 20h45 – Salle des fêtes – Cours animé par Yannick THOMAS. Complément idéal à toutes vos activités sportives (courses à pied, VTT, ...).

STRETCHING : vendredi de 20h à 21h – Salle de judo (Restaurant scolaire) – Cours animé par Yannick Thomas. Exercices d'étirement, d'assouplissement, relaxation, massages en musique.

Il est possible de participer à un, deux, trois, quatre ou cinq cours de la semaine.

Inscription : Au début de chaque cours.

Une période d'essai de deux semaines est possible.

Certificat médical obligatoire à fournir lors de l'inscription.

Tarif : Saison 2018-2019 : 80 € sans Zumba/Piloxing ou 92 € avec Zumba et/ou Piloxing, Inscription en cours d'année : Tarif dégressif au prorata du temps restant.

Contact/renseignements : Tél. : 06 80 43 26 83 ou 07 82 05 01 38. Mail : gymadultesthe@gmail.com.

JARDINER SANS PESTICIDES ...

C'est possible !!!

A partir du 31 décembre, l'utilisation de pesticides sera interdite pour les jardiniers amateurs (à l'exception des produits de bio contrôle, à faible risque ou utilisables en agriculture biologique).

Des solutions existent pour lutter contre les ravageurs et adventices dans les jardins d'agrément et au potager. Ainsi, différents sites internet développés dans le cadre du plan Ecophyto vous permettront d'identifier les problèmes et de trouver des solutions alternatives aux produits phytosanitaires.

Le site VigJardin, développé par l'INRA vous permettra d'identifier les ravageurs et maladies (Site : <http://ephytia.inra.fr/fr/P/118/VigJardin>).

Sur Hortiquid (<https://www.hortiquid.org>), vous trouverez une multitude de solutions classées par technique, par maladie ou par culture. Si vous ne trouvez pas de réponse à votre problème, il est également possible d'interroger directement les experts de la Société Nationale d'Horticulture de France.

Enfin le site « jardiner au naturel », développé par la MCE, (<http://www.jardinaunaturel.org>) vous permet de trouver une multitude d'astuces et de télécharger des fiches techniques ou des livrets sur le jardinage au naturel.

D'ici là, n'oubliez pas d'éliminer vos pesticides avant la fin de l'année en les déposant dans une déchèterie, susceptible de les éliminer dans de bonnes conditions.

Contact : 02 98 79 64 89.