



La Mairie vous accueille :

Le lundi de 9h-12h et de 14h-17h

Le mardi de 9h-12h et de 14h-17h

Le mercredi de 10h à 12h

Le jeudi de 9h-12h et de 14h-17h

Le vendredi de 9h-12h et 14h-17h

Le samedi de 9h à 12h

Contact : 02.96.28.70.28

mairie.plouguenast@wanadoo.fr

Infos utiles

Service Pompiers : Tél. 18 ou 112 d'un portable.

Du 28 juin au 5 juillet 2013 :

VALLEE D., MOY S., LE RAT B., BIDAN P., MARQUET G.

Du 5 juillet au 12 juillet 2013 :

DUSSEUX O., LUCAS L., GALLAIS M., MAROT F.

Médecin de garde : composer le 15

Pharmacie : composer le 32.37

Vétérinaire :

Dimanche 30 juin 2013 :

Docteur BIDAN, PLOUGUENAST

Tél. 02.96.28.70.08

Dimanche 7 juillet 2013 :

Docteur CHEVANNE, PLESSALA

Tél. 02.96.26.11.05

Cabinet infirmier :

Bidan - Thamin - Gillard, Plouguenast, tél.

02.96.28.78.76 - Permanences au Cabinet

Infirmier du lundi au vendredi, de 8 h à 9 h

sur rendez-vous et de 16 h 30 à 17 h 15 h

Aide à domicile - CCAS : 10 rue du Général

de Gaulle, tél. 02.96.28.72.23

Urgences Médicales : le 15

Taxi/Ambulance : M/Mme COLINET,

Plouguenast, Tél. 02.96.28.71.83

Pompes Funèbres :

Didier Vallée, Tél. 02.96.26.83.34

Didier Jégard, Tél. 02.96.26.88.15

Cabinet Dentaire : Sylvaine CONNAN/

LIMON - 1 Rue des Lilas - tous les lundis,

mardis et vendredis - tél. : 02.96.28.43.74.

Urgence Dentaire : (vous informez du Cab-

inet de garde) Tél. 02.96.61.80.79

Kinésithérapie : Cabinet de Messieurs

Bouvrais et Rouyer - 1 Rue des Lilas -

Plouguenast - Tél. 02.96.26.82.65

Pédicure-Podologue : Mr Aubrun - Maison

de Santé, 1 Rue des Lilas - Consultations au

Cabinet sur rendez-vous le mardi et à domici-

le Tél. 02.96.26.89.32 ou 06.60.93.42.46

Gendarmerie : Brigade de Plouguenast : les

mardis et vendredis de 14 h à 18 h, Tél.

02.96.28.70.17. Les autres jours : Brigade de

Moncontour de 8 h à 12 h et de 14 h à 19 h,

sauf dimanche et fériés de 9 h à 12 h et de

15 h à 19 h.

En cas d'urgence : 17

" La musique peut rendre les hommes libres "
Bob Marley

PERMANENCES DES ELUS

Monsieur le Maire : Ce samedi 29 juin de 10 h à 12 h et samedi prochain

Maires-Adjoints : Monsieur Jean-François CARRO, ce samedi de 11 h à 12 h
Madame Nadine MOISAN, ce samedi de 11 h à 12 h
Monsieur Jean-Pierre ETIENNE, ce mardi de 10 h à 11 h
Monsieur Daniel BIDAN, ce jeudi de 11 h à 12 h et jeudi 11 juillet
Monsieur Joël HELLOCO, le samedi 6 juillet de 10 h à 11 h

BULLETIN MUNICIPAL

Comme tous les ans, le bulletin municipal paraîtra tous les quinze jours entre le 1^{er} juillet et le 15 août. Il n'y aura donc pas de bulletin municipal le 6 juillet.

Prochain bulletin le samedi 13 juillet

PORTES OUVERTES - ECOLES PUBLIQUES RPI PLOUGUENAST GAUSSON

Ce samedi 29 juin 2013 de 10 heures à 12 heures

visite des classes

découverte de l'organisation des classes

et du fonctionnement du multi-niveaux

présentation des activités pédagogiques

rencontres avec les enseignantes

possibilité d'inscription des nouveaux élèves

présentation des manifestations organisées par l'Amicale Laïque



UN NOM POUR L'A.L.S.H. -

Les travaux avancent à grands pas.... Il est temps de penser à donner un nom à cette nouvelle structure !

Ce nom sera validé à la prochaine réunion de conseil qui aura lieu le lundi 1^{er} juillet.

La population est mise à contribution, tous à vos idées.....

Il ne vous reste plus que ce week-end pour trouver LE NOM....

L'EKLECTISON - C'EST CE WEEK-END

« six ans déjà que le festival EKLECTISON anime notre commune.

Ces années ont permis au festival de toucher tous les publics et l'ont inscrit comme l'un des rendez-vous incontournables du début d'été en Centre Bretagne. Se renouveler pour exister, telle pourrait être la devise des organisateurs ! L'Eklectison s'agrandit, s'allonge et déménage ! »

Le grand changement de cette année est la soirée du samedi. Un véritable site de festival sera aménagé sur le parking de la salle des fêtes pour accueillir un plus large public ! Des groupes à grandes renommées et aux univers musicaux toujours aussi divers viendront électriser les festivaliers.

Vendredi 28 juin 2013 - GRATUIT - ouverture des portes à 20 h 00 - Place de l'église

Les Passagers du Gawenn - la Petite Semaine - HopHopHop Crew - Darry Cowl & The Gang

Samedi 29 juin 2013 - 6 € en résa/8 € sur place - ouverture des portes à 18 h 30 - site de la salle des fêtes

Loo & Placido - Saul Square - La Belle Bleue - Lenox - Saïzand - DJ Antü - Darry Cowl & The Gang - Arts de rue - Show/Expo

Dimanche 30 juin - GRATUIT - Kasa'Bar : Strömb - No Brand - DJ Ice'B

AUTOUR DU FESTIVAL - GRATUIT - PARTOUT DANS PLOUGUENAST

Le festival des enfants, animation musicale à l'EHPAD avec des Arts de rue, Nini Peau d'Chien & DJ Antü, un spectacle de cirque complet, un pique-nique musical à Guette-Es-Lièvres...

Sur place : restauration, buvettes, bar à vin, stands de commerçants et d'artisans, prévention, parkings et camping gratuits dans le bourg.

Toutes les infos sur : <http://www.eklectison.fr/> et sur les réseaux sociaux avec le mot clé : Eklectison !

SERVICES

Relais Parents Assistantes

Maternelles : 3^{ème} lundi de chaque mois – salle des fêtes - de 9 h 30 à 11 h 30

Ludothèque : 1^{er} jeudi du mois de 15 h 30 à 18 h 15 - salle des fêtes

A.D.M.R. : Tél. 02.96.28.71.23
(Aide à Domicile)

Assistances Sociales :

Régime Général : 02.96.66.82.40

Régime Agricole : 02.96.66.83.73

Emmaüs : Dépôt au Colombier à Plouguenast –tél. 02.96.28.70.94

Bibliothèque : 02.96.28.74.43

Mercredi : 10h - 12h et 15h - 18h

Samedi : 10h30 - 12h30

Bébés lecteurs : 1^{er} mardi de chaque mois à partir de 9 h 30

Espace Multimédia : Nicolas BESNARD, les vendredis 12, 19 et 26 juillet de 16 h 30 à 19 h 25

Correspondants Locaux :

Télégramme : Ingrid Lapeyre au 06.30.91.20.08 - Email:

ingrid.letelegramme@orange.fr

Ouest-France et le Courrier

Indépendant Christian et Odile

Besnard tél.02.96.28.79.79 -

Email : ch.od.besnard@orange.fr

Déchetterie Catémoin :

Lundi, vendredi : 9 h à 12 h

mercredi, jeudi et

samedi de 14 h 00 à 17 h 00.

Ramassage de Journaux, Revues :

Dépôt le samedi de 9 h 30 à 12 h et

de 14 h 30 à 16 h dans le garage de M. et Mme Marcel Etienne.

Contact : 02.96.28.75.78

Tribunal d'Instance :

Prochaine permanence le jeudi 11 juillet à partir de 14 h : tél. 02.96.28.70.28

C.A.U.E. :

Permanences les 1^{er} et 3^{ème} jeudis du mois à la CIDERAL sur rendez-vous - tél. 02.96.66.09.09

TRANSPORT SCOLAIRE

Procédures d'inscription du transport scolaire

Vous avez la possibilité de vous inscrire **par papier jusqu'au 20 juillet 2013**, si vous vous inscrivez **en ligne vous bénéficiez d'un report de date jusqu'au 31 juillet**. Attention si les inscriptions ne sont pas faites dans les temps vous serez pénalisé et devrez payer une majoration.

Contact et Infos : Conseil Général des Côtes d'Armor—D.I.D. - Service Transports - CS 42371 - 22023 SAINT-BRIEUC CEDEX 1 - tél. 0 810 810 222 - www.cotesdarmor.fr (sur ce site, vous pouvez vous inscrire, consulter votre dossier, connaître les horaires et la liste des points de montée).

ECOLE SAINT-PIERRE

Le directeur se tiendra à la disposition des familles **pour inscriptions la semaine prochaine, le soir après la classe (jusqu'à 18h) et tous les après-midi de la première semaine des vacances (de 14h à 18h). Prévoir carnet de santé et livret de famille.**

SOCIÉTÉ DE PÊCHE

La société de pêche de Plouguenast organise 2 matinées de pêche à l'étang de La Croix à Saint-Théo les 29 et 30 juin de 8 h 30 à 12 h 30.

Seront autorisés à pêcher, les titulaires d'une carte de l'AAPPMA de Plouguenast.

Cartes : sociétaire - mineur - découverte - journalière

CENTRE DE LOISIRS ESTIVAL 2013

Association Familles rurales Plouguenast/Gausson

Suite aux deux permanences, il est à présent possible de s'inscrire (en fonction des places disponibles) par téléphone auprès de : Anne LE BELLEGO au 06-07-37-48-12.

POUR PRENDRE DATE

Les courses de Saint-Théo auront lieu le dimanche 21 juillet sur l'hippodrome de Saint-Théo - Tercia - repas champêtre le midi (jambon grillé).

PARDON DE ST GAL

Dimanche 7 juillet à Langast Pardon de St-Gal au Montrel

11h00 : messe et procession

12h30 : apéritif au Montrel

13h00 : repas à la salle polyvalente (12 € adulte – 5 € enfant – boisson comprise) cartes en vente chez Sylvie et auprès des membres du comité.

Après le repas et en attendant le tirage de la tombola, il y aura le choix entre les cartes, les boules ou une promenade aux étangs.

CLUB DES AINES

Sortie pique-nique le jeudi 11 juillet à AQUAREV à LOUDEAC. Départ à 11 h 45 du parking de la salle des fêtes. Il y aura des places dans les voitures.

Activité Scrabble le mardi 2 juillet et mardi 9 juillet à la salle du Haras - reprise mardi 13 août.

Journée « Vendanges en Anjou » à Chalonnes sur Loire mardi 24 septembre. Casse-croûte du vendangeur avec dégustation des vins et la fameuse bernache. Découverte des différentes étapes du raisin au vin. Balade en « petit train » dans le vignoble. Déjeuner au restaurant. Pendant le repas un humoriste renommé assurera une ambiance agréable. Prix 65 € par personne. Inscriptions dès à présent auprès de Madeleine HAMAYON au 02.96.28.78.14 ou Gisèle LE RAT au 02.96.26.86.38.

MESSES DOMINICALES

Samedi 29 juin 2013 à 18h30 :

Messe à l'église Saint Etienne de

GAUSSON.

Dimanche 30 juin à 9 h 30 :

Messe à l'église Saint Pierre et Saint Paul de PLOUGUENAST.

Dimanche 30 juin à 11 h :

Messe à l'église Saint Pierre de PLESSALA avec le Père Honoré et tous les enfants du CE1 à la 3^{ème} et au delà, pour remercier le P. Honoré de son accompagnement des catés tout au long de l'année .

PRÉPARATION DES FAMILLES AU BAPTÊME

Mercredi 3 juillet à 20h 30 à l'Ecole Sainte Anne, 19, rue de la Chèze à Loudéac.

CONCERT DE GUITARE AVEC SÉBAS-TIEN LEMARCHAND,

Mardi 2 juillet à 20h30 à l'église St Gall de Langast. Entrée libre.

PRÉPARATION DE LA MESSE DU DÉPART DES PÈRES PIERRE ET HONORÉ

Mardi 2 juillet à 20h30 avec toutes les équipes liturgiques à la salle du P. Henry Plouguenast

SYNDICAT D'INITIATIVE - FLEURISSEMENT

Les inscriptions sont ouvertes pour le concours de fleurissement 2013.

Les personnes intéressées sont invitées à s'inscrire en Mairie avant la fin juin. *Passage du jury le mardi 9 juillet.*

PÈLERINAGE DIOCÉSAIN À LOURDES

Il aura lieu du 5 au 11 septembre 2013. Contact : 02 96 28 70 33 ou 02 96 28 71 51.

CONCOURS DE PÊCHE DU 14 JUILLET

Le concours de pêche du 14 juillet c'est une tradition à Plouguenast. Cette année il n'aura pas lieu, pour la raison suivante : les nouveaux propriétaires de Lanfonço refusent l'accès à leur prairie. Il est donc impossible de relever le niveau de l'eau et d'autre part, il y a un manque de places.

Le 14 juillet une pêcherie sera organisée à l'étang de la Croix pour les titulaires d'une carte de l'AAPPMA de Plouguenast, avec possibilité de pique-nique sur le site.



GRANDE JOURNÉE FESTIVE

« FAMILAND »

Organisée par le service enfance pour marquer les 20 ans du Relais Parents Assistants Maternels et la fête mondiale du jeu !

AU PROGRAMME :

Des activités variées : Exposition du relais, le quartier Cocooning, le garage de l'équilibre, le chantier, la guinguette ludique ...

Des temps forts:

11h30 : Remise de la charte des matinées d'éveil

12h30 : Pique-nique géant (N'oubliez pas votre casse-croûte)

16h : Spectacle musical « Ego le Cachalot »

JUILLET – AOÛT
Le vendredi de 17 h à 20 h

**Marché à la Ferme
à La Donaiterie
La Motte**

Produits locaux :

Légumes – pain - Fromage de chèvres
Produits laitiers de brebis, de vaches
Confiseries etc.

Artisanat :

Poterie - sculpture sur bois
Vannerie - etc

Expositions – Animations – Art de rue



le dimanche 30 juin

de 10h à 17h, salle Malivel et Foyer Municipal

à Loudéac (accès rue Saint Joseph ou Rue de Moncontour)

Gratuit et ouvert à tous.

AUTOPLAQUES

Vos plaques d'immatriculation fabriquées et posées où vous voulez.
Déplacement et pose gratuits - 15 € la plaque - Tél. : 06.80.55.42.95

LE CLUB DES DOIGTS AGILES

Le Club sera en vacances à partir du 2 juillet et reprendra ses activités le **lundi 9 septembre à la salle du Haras à 14 heures.**

Si vous voulez nous rejoindre, n'hésitez pas, vous serez les bienvenues. L'ambiance est bonne et c'est très agréable.

Bonnes vacances à toutes...

RAPPEL - FETE DU QUARTIER DE LA BARRE

La fête du quartier de « La Barre » aura lieu le **samedi 20 juillet 2013.**

Les personnes qui n'ont pas été contactées peuvent appeler au numéro suivant : **02.96.28.79.62** - apporter son couvert !

RESTAURANT SCOLAIRE

ATTENTION, l'année scolaire touche à sa fin, pensez à vous mettre à jour dans vos tickets de restaurant scolaire.

Dernier jour de vente ce lundi 1er juillet à 17 h.

CONCERT :

Les Chœurs Arezzo et Variation XXI présentent le Requiem de Mozart.

Ce concert regroupe 2 chœurs amateurs reconnus de bon niveau. Arezzo basé à St-Brieuc et Variation XXI basé à Lannion - soit 70 choristes et un orchestre de 27 instrumentistes du CNSMDP (Centre National Supérieur de Musique et de Danse de Paris).

La direction sera assurée par Jean-Jacques L'Anthoën qui chante au sein de l'Opéra de Rennes et au Théâtre des Champs Elysées à Paris.

A noter que ce Requiem n'a pas été monté dans les Côtes d'Armor depuis plus de 85 ans.

Vendredi 5 juillet à Pléneuf Val André (église St Pierre et St Paul) à 20 h 30

Dimanche 7 juillet à St-Brieuc (église Ste Thérèse) à 17 h.

Entrée 12 € - tarif réduit à 8 € - gratuit enfants - de 12 ans.



1- Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 minutes lors de mes activités sportives

2- Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 minutes d'exercice à l'entraînement comme en compétition

3- J'évite les activités intenses par des températures extérieures inférieures à -5°C ou supérieures à 30°C

4- Je ne fume jamais 1 heure avant ni 2 heures après une pratique sportive

5- Je ne prends pas de douche froide dans les 15 minutes qui suivent l'effort

6- Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal (fièvre + courbatures)

7- Je pratique un bilan médical avant de reprendre une activité sportive intense si j'ai plus de 35 ans pour les hommes et 45 ans pour les femmes

8- Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal survenant à l'effort*

9- Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort*

10- Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort*

*Quels que soient mon âge, mes niveaux d'entraînement et de performance, ou les résultats d'un précédent bilan cardiologique

CITHEA

Equipe n° 1

« DEMI-SŒUR »

jeudi 27/06 à 21h & dimanche 30/06 à 21h

« Nénette est une petite fille de soixante ans. Un problème à la naissance l'a rendue différente. Nénette, qui a l'âge mental d'une enfant de 8 ans, a toujours vécu avec sa mère, qui l'a élevée seule. Nénette travaille, elle fait le ménage à l'école de la commune et sa meilleure amie est une tortue. Mais lorsque sa maman meurt, tout va changer et Nénette doit partir en maison de retraite. L'établissement n'autorisant pas les animaux, Nénette part avec sa valise et sa tortue, avec l'idée de retrouver son père, dont elle ne possède qu'une photo jaunie, une lettre et une adresse. Lorsque Nénette arrive enfin à l'adresse indiquée sur la lettre, une pharmacie, ce n'est pas son père qu'elle trouve, mais le fils de ce dernier, Paul Bérard, pharmacien psychorigide, qui voit débarquer cette demi-sœur avec effarement. »

« POP REDEMPTION »

vendredi 28/06 à 21h & samedi 29/06 à 21h

« Chaque été, depuis leur adolescence, les Dead MaKabés se paient ce qu'ils appellent prétentieusement une "tournée d'été" - quelques concerts dans des festivals du fin fond de l'Europe.

Mais, pour ces quatre copains, la crise de la trentaine couve et cette semaine de récréation risque bien d'être la dernière.

Difficile de rester fidèle à ses idéaux quand on est membre d'un groupe de black metal » □

A LOUER :

√ **PLOUGUENAST - Longère rénovée** entièrement comprenant pièce de vie avec cuisine ouverte sur salon & salle à manger, 2 chambres - 1 salle de bain, 2 WC. Terrasse. Possibilité d'avoir un jardin - Surface : 73 M2 - Disponible immédiatement - Loyer : 420 € - **DPE : D - tél. : 06.62.72.89.84**

√ **PLOUGUENAST - dans hameau axe Loudéac/Plouguenast - maison T3** avec garage, buanderie - logement conventionné APL - possibilité de jardin - libre - **DPE Classe D - tél. 02.96.28.70.72 ou 06.68.30.37.68**

√ **PLOUGUENAST - Bourg** - appartement T2 DPE : C. 45m2. EDF mensuel 50€ - chauffage compris . Internet immédiat gratuit, wifi free. Tel **06.08.94.15.78.**

√ **PLOUGUENAST - Centre Bourg** - Plain-pied 72 m² - cuisine/séjour, salon, 2 chambres - libre au 1er juillet - DPE : D - tél. **02.96.26.86.38.**

A VENDRE

Poussette + nacelle + cosy 50 €, trotteur 10 €, plusieurs vêtements bébé (garçon et fille) de 2 € à 5 €, imprimante-scanner 20 € + autres articles à voir sur place à Plouguenast - Tél. 06.60.10.36.99.

Tondeuse thermique tractée HOMELITE 40 X + L, très bon état - 160 € - achat ferme - possibilité livraison - essai - tél. 06.30.18.46.51.

SALON HAIR DU TEMPS

Le salon « Hair du Temps » sera fermé pour congés annuels **du 14 au 27 juillet inclus.**

LEGISLATION - IMMOBILIER

Afin de se conformer à la législation en vigueur, ne seront désormais prises en compte que les annonces de location immobilière qui mentionneront le classement énergétique du logement.

« **DAME recherche emploi** région Plouguenast la semaine ou le week-end - en contrat à durée déterminée (CDD) - tél. **06.25.50.90.81** »

LOCATION ESTIVALE

Location estivale à Saint-Jean de Monts, Vendée. Agréable T2, pouvant accueillir 4 personnes, dans résidence calme et agréable, avec terrasse pour barbecue (disponible sur place avec salon de jardin), proche des plages et commerces. 250 Euros la semaine. **Contact : 02.96.67.28.40**

L'AUBERGE

Le restaurant sera fermé tous les lundis de juin à septembre.

Menus et plats à emporter

merci de commander vos plats à emporter avant 11 h. Réservations et infos au **02.96.28.77.31.**

DEMANDE D'EMPLOI

Jeune homme de 16 ans propose ses services pour garde d'enfants, tonte de pelouses, entretien divers - semaine ou week-end - tél. 06.99.03.36.70.

A DONNER

Très beaux plants de betterave - tél. 02.96.26.02.89 (en soirée de préférence)

2 adorables chatons tigrés gris et noir (légèrement angora) - yeux bleus - Tél. : 02.56.07.21.73

LES JEUDIS AU RESTAURANT L'EDEN

Jeudi 4/07: Couscous.

Jeudi 18/07: Langue de bœuf.

Merci de réserver 72h à l'avance. A emporter ou sur place..

Tel:02.96.28.70.47.

Les Enfants: Bonnes Vacances!!!
A TOUS: BON FESTIVAL!!!



RESTAURANT SCOLAIRE

Menu



Lundi 1er juillet	Mardi 2 juillet	Jeudi 4 juillet	Vendredi 5 juillet
carottes râpées tartiflette mousse au chocolat	pastèque filet dinde, poêlée de légumes fromage & entremets	friand palette de porc jardinière yaourt	Melon Lasagne compote et gâteaux secs