

Kelou Ploubêr

N°96
SEPTEMBRE
2021

SPÉCIAL ASSOCIATIONS

KEVREDIGEZHIOÙ - N°96 - GWENGOLO 2021



Les bienfaits de l'activité sportive sur la santé physique

Au-delà des améliorations évidentes de la performance sportive et de la condition physique, la pratique régulière du sport est incroyablement efficace pour la prévention de nombreuses maladies chroniques, cardiovasculaires, ou encore dégénératives.

LE SPORT TRANSMET UN SENTIMENT DE BIEN-ÊTRE GÉNÉRAL.

Sportif de haut niveau, joggeur du dimanche, amateur de tennis aguerri, cycliste sénior, ... tous les pratiquants sont concernés pour faire du sport en toute sécurité !

1. Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou tout essoufflement anormal survenant à l'effort
2. Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort
3. Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort
4. Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 mn lors de mes activités sportives.
5. Je bois 3 ou 4 gorgées d'eau toutes les 30 min d'exercice à l'entraînement comme en compétition.
6. J'évite les activités intenses par des températures extérieures en-dessous de -5°C ou au-dessus de +30°C et lors des pics de pollution.
7. Je ne fume pas, en tout cas jamais dans les 2 heures qui précèdent ou qui suivent la pratique d'une activité sportive.
8. Je ne consomme jamais de substance dopante et j'évite l'automédication en général.
9. 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).
10. Je pratique un bilan médical avant de reprendre une activité sportive si j'ai plus de 35 ans pour les hommes et de 45 ans pour les femmes.



Septembre 2021, une rentrée associative sous tension

Chacun le sait, les associations sont des animateurs indispensables dans notre commune, dans le domaine sportif, social, culturel ou humanitaire, c'est donc naturellement que

chacune d'elles vous présente, lors du traditionnel forum de septembre, des activités accessibles à tous, des plus jeunes au plus âgés.

La crise sanitaire est venue museler la motivation de chacun à pratiquer son activité qu'elle soit sportive, culturelle ou de loisirs, la covid a endeuillé de nombreuses familles et des personnes ont souffert financièrement.

La jeunesse a été touchée de plein fouet par la crise sanitaire notamment dans les clubs ou associations sportives, les aînés sont également les victimes de la pandémie du fait de la fermeture de leur club hebdomadaire, des interdictions de rencontre et de la perte de leurs repères. La plupart des activités collectives ayant été interdites, les salles de sport fermées, bon nombre d'animateurs se sont retrouvés au chômage partiel en attendant une éventuelle reprise. Certaines associations locales, plus fournies que cigales, ont maintenu les indemnités des animateurs en piochant dans leur réserve financière et en reportant les cotisations versées sur la nouvelle saison.

La rentrée 2021/2022 est donc un grand soulagement pour tous de pouvoir retrouver son activité, ses amis (es) ou animateurs ou entraîneurs préférés et pour cela vous pouvez compter sur les compétences des associations communales ou club sportifs, de leurs expériences et de leur engagement au service des Ploubezriens.

Parmi celles-ci, l'ASELP, présente sur la Commune depuis 1984 avec 17 activités, la Ruche artistique crée en 2002, avec une quinzaine d'activités culturelles et artistiques pour tout âge, l'ASP22, crée en 2010 (suite à la scission avec le COP) ou l'on peut pratiquer Volley, fitness, badminton mais aussi l'éveil sportif et bien d'autres associations dont vous trouverez les coordonnées dans

ce livret. Nous nous félicitons du rattachement du Club des Genêts d'Or à l'ASELP, club qui avait été créé le 15/09/1977 à l'initiative d'un certain Louis « fait tout » pour rassembler tous les aînés de la commune, et qui avait compté plus de 150 adhérents certaines années et nous formons l'espoir de voir cette activité perdurer.

On ne peut parler d'activité sportive sans parler de l'USP qui a fêté ses 50 ans en 2020, son école de foot et ses nombreux licenciés, du Ploumilliau-Ploubezre Basket Club, ce club convivial où chacun prend plaisir qu'il soit débutant ou expérimenté, du Hand-ball ou du foot en salle, mais aussi l'Amicale cyclotouriste et vététiste qui participe activement à la Paugam, (course contre le cancer) ou des Rederien où il suffit d'une bonne paire de chaussures pour parcourir avec plaisir les chemins de Ploubezre. De nouvelles activités sont également proposées : Le club Stratégie et Maîtrise d'Adversaires qui propose des cours de self-défense à partir de 15 ans, Le Sporting Five, qui pratique du baby judo, chanbara, judo, ju-jitsu, à tous les niveaux à partir de 5 ans.

La commune soutient les associations, principalement à destination des jeunes ou aux situations d'urgence, en attribuant des subventions, en mettant à leur disposition des infrastructures de qualité et en organisant le forum pour leur permettre de présenter leurs activités.

Cette année nous espérons voir revenir les actions humanitaires (Courir pour Curie, le Téléthon ou la lutte contre la mucoviscidose) manifestations qui ont un fort succès auprès des Ploubezriens.

Formons l'espoir que la reprise soit une heureuse nouvelle même si elle doit encore concilier gestes barrières et pratique sportive ou culturelle ; les associations et clubs sportifs vous attendent, venez nombreux partager de bons moments et participer ainsi à la vie de la commune.

Louis Jegou

Adjoint en charge de la vie associative, de la culture et du patrimoine

Sommaire //////////////

LES BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE SUR LA SANTÉ PHYSIQUE	2	ASP 22	12 à 13
ÉDITORIAL	3	Bibliothèque Municipale	13
ASSOCIATIONS		Ploubz'anime - Min Ran - Foot en salle	14
Amicale Bouliste	4	Yoga pour tous en Trégor Goëlo - Rederien Plouber - Les amis de Kerfons	15
Amicale Laïque	5	La Ruche Artistique	16
Club VTT et Cyclo - Cécile Espoir		Amicale Cyclotouriste et Vététiste - Comité de Jumelage	17
ACTIMUT	6	Union Nationale des Combattants	18
ASELP	7 à 10	U.S Ploubezre - Div Yezh	19
Infos aux associations - Agenda - ALVMP Hand-Ball	10	SMA Ploubezre - Sporting Five	20
Relais parents Assistants Maternels - Société de Chasse	11	INFOS PRATIQUES - MAIRIE	21
Ploumilliau-Ploubezre Basket Club	12	PERMANENCE DES ÉLUS	22

Amicale bouliste de Ploubezre //////////////

QUI CONTACTER ?

Siège social : Mairie de Ploubezre
Contact : Dylan L'HERVE
N° téléphone : 07 86 04 10 04

BUREAU

Responsable : Dylan L'Hervé
dylan.lherve@gmail.com
Vice-Président : Thomas Benec'h
Secrétaire : Alain Daniel - 02 96 37 62 30
Secrétaire-adjoint : Fabienne L'Hervé
Trésorière : Fabienne L'Hervé
Trésorier-adjoint : Vincent Josse - 06 13 69 13 99

Nombre d'adhérents : 50

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Lieux : boulodrome, rue du stade, les allées de Buhulien
Dates : les concours ont lieu du mois d'avril au mois août

Le bureau de notre association a récemment changé avec comme vice président Thomas Benec'h.

Beaucoup de jeunes ont intégré l'association dernièrement ce qui a donné un nouveau souffle.

Les « anciens » sont tout de même restés pour nous aider et nous épauler à nos débuts. Nous organisons deux concours de boules, **le samedi 31 juillet en doublette et le dimanche 1er août en triplette au boulodrome de Ploubezre**. On vous attend nombreux pour ce rendez-vous qui est important pour nous.

Amicale Laïque



DESCRIPTION

L'amicale laïque soutient les écoles maternelle et élémentaire publiques de Ploubezre, en réalisant diverses opérations pour financer des activités culturelles, d'éveils, des sorties scolaires, l'achat de livres, de magazines et de fournitures pour les activités dans les classes. Pour cette année 2020-2021, cela représente un budget de plus de 10 000 euros mis à disposition des écoles, qui devrait rester stable pour l'année 2021-2022 ! Mais sans les bénévoles et sans la participation des parents, l'association ne pourrait rien faire. Nous tenons à les remercier !

venue du père Noël, des ventes de pizzas et de gâteaux, d'objets avec les dessins des enfants etc. L'année scolaire s'est terminée avec un goûter offert aux enfants, ainsi qu'avec la remise aux élèves de Grande Section d'un livre et aux élèves de CM2 d'une calculatrice pour marquer respectivement leur passage en CP et en 6ème. C'est notre façon de leur souhaiter bonne chance pour la suite de leurs études. Pour l'année prochaine, nous sommes en quête d'un verger à Ploubezre ou aux alentours, où il serait possible d'organiser un ramassage de pommes en vue de produire



La prochaine assemblée générale aura lieu le 28 septembre. L'association accueille avec grand plaisir toutes les bonnes volontés qui permettront de pérenniser le financement des activités des enfants des écoles de Ploubezre.

ACTIVITÉS L'ASSOCIATION

L'association a mis en place une collecte de vieux journaux. Deux bacs spécifiques sont mis à disposition de la population à proximité de la cantine scolaire de Ploubezre. Merci de respecter les consignes de tri : journaux secs, pas de prospectus, pas de magazines, pas d'annuaires, pas de ficelles autour des journaux.

Toute l'année, l'association organise des ventes de sapins et de chocolats à Noël, un spectacle de Noël offert aux enfants avec la

une cuvée de l'année «Écoles de Ploubezre». Si vous avez des contacts ou tout simplement quelques pommes à donner (ou ramasser), n'hésitez pas à contacter l'équipe de l'amicale dès à présent, idéalement en indiquant la quantité potentielle de pommes !

CONTACT

L'amicale est un formidable moyen de se connaître et de partager des choses entre parents d'élèves, autour de moment de convivialité, d'échange et de partage. Rejoignez-nous.

Mail : amicalelaïque.ploubezre@gmail.com

Facebook : <https://www.facebook.com/groups/Amicalelaïqueploubezre/>

Club VTT et CYCLO de Ploubezre

QUI CONTACTER ?

Siège social :
Mairie de Ploubezre

Contact :

Jamin philippe

N° téléphone : 06 18 77 81 76

facebook : team xc du leguer

Adresse E-Mail :

teamxcduleguer@gmail.com

Président : Philippe JAMIN



DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Le samedi de 9h30 à 10h30 et un autre jour à définir

Notre projet se base sur 4C

Un club Cool, on ne se prend pas la tête.

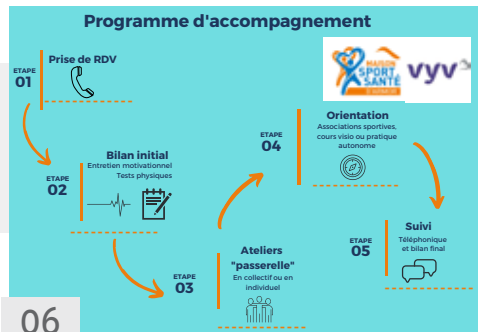
Un Club Convivial, le plaisir d'être ensemble et de partager.

Un Club Compétitif, pour former et faire progresser les jeunes afin de les envoyer sur les compétitions départementales, régionales, nationales voir internationales.

Et un Club Citoyen, pour promouvoir de bonnes valeurs, des comportements responsables avec la notion de l'intérêt général ainsi que le civisme.

Notre objectif, à travers le vélo, est d'avoir une influence positive dans l'éducation des jeunes. De bons sportifs sains et responsables comme Franck Bonnamour, qui vient de courir le tour de France, qui nous fait l'honneur d'être le parrain du club.

Si cette démarche vous correspond, inscrivez-vous pour la saison 2021/2022



Cécile Espoir

QUI CONTACTER ?

Siège social : Convenant Du

Contact : Annick Audigou

N° téléphone : 02 96 47 10 09

E-Mail : annick.audigou@orange.fr

BUREAU

Président : Annick Audigou

Trésorier : Marie-Françoise Lozanch

Secrétaire : Jeannine Ménez

INFORMATIONS DIVERSES

Association créée en vue de poursuivre l'œuvre de Cécile en Extrême-Nord du Cameroun.

PROJETS PRIORITAIRES

- **Actions de solidarité** : lutte contre la famine, alphabétisation, éducation à la santé, promotion de la femme, éducation des enfants, des filles...

- **Aide à la mise en place progressive de structures indispensables à la concrétisation de ces programmes** : greniers et moulins à mil, école, dispensaire, en privilégiant l'initiative et la participation active des populations concernés.

ACTIMUT

DESCRIPTION

La Maison Sport Santé d'Armor propose un accompagnement personnalisé pour toute personne de plus de 60 ans souhaitant adopter un style de vie actif.

À partir d'un bilan initial, l'enseignant en activité physique adaptée propose différents types de séances encadrées (à domicile, dans un atelier « passerelle » pour une reprise en douceur, en autonomie, en visioconférence) ou oriente vers les associations sportives de proximité. Afin de soutenir la motivation, un suivi téléphonique mensuel est effectué.

L'accompagnement est gratuit et ouvert à tous les seniors, n'importe quelle âge, condition physique et état de santé.

QUI CONTACTER ?

Camille GUEBLE au 06 07 08 58 51

ASELP

ASSOCIATION SPORTS ET LOISIRS DE PLOUBEZRE

L'A.S.E.L.P. est une association régie par la loi du 1er juillet 1901 et le décret du 16 août 1901, ayant pour titre : **ACTIVITÉS, SPORTS ET LOISIRS DE PLOUBEZRE (ASELP)** ; elle a été créée en 1984. en regroupant les activités Yoga, Couture et Gym.

Cette association a pour but de regrouper toutes les sections qui le désireraient et dont l'objet serait de favoriser et d'encourager la pratique d'activités physiques ou de loisirs dans un esprit d'équipe et d'amitié afin de procurer à ses membres des distractions saines et agréables.

En 2019 l'ASELP comptait 18 activités regroupant 426 adhérents.
Les inscriptions sont possibles via internet, au forum des associations ou lors des cours.

ASELP- ANGLAIS

QUI CONTACTER ?

Clara Cronnin 02 96 47 17 86 – 06 34 16 65 48
E-mail : anglais@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Clara Cronnin
Date et horaires : le mardi de 18h30 à 20h et le mercredi de 10h à 11h30
Lieu : Salle Marie Curie
cours à domicile le mercredi de 17h à 18h15



ASELP- COUTURE

QUI CONTACTER ?

Ernestine Lamour au 02 96 47 18 85
E-mail : couture@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Ernestine Lamour
Date et horaires : le mardi de 14h à 17h

Lieu : Club House

INFORMATIONS DIVERSES

Niveau de pratique : débutante et confirmée



ASELP- CUISINE DIÉTÉTIQUE

QUI CONTACTER ?

Ginette Tynevez - 02 96 35 32 49
Mail : cuisine@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Aurore Essame
Date et horaires : 1 mardi par mois de 9h30 à 13h30

Lieu : Cuisine du CAREC

ASELP- DESSIN

QUI CONTACTER ?

Jacqueline Denis - 02 96 48 82 08
E-mail : dessin@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Jacqueline Denis
Date : 1 mardi sur 2 de 18h30 à 20h

Lieu : longère du CAREC

INFORMATIONS DIVERSES

Niveau de pratique : débutant et confirmé
L'activité « dessin » couvre : étude, sujets réels ou libres, crayon, fusain, sanguine, peinture à l'huile, acrylique aquarelle et PASTEL pour débutants ou plus confirmés.
En fin d'année, une journée « nature » est organisée pour la réalisation d'un dessin ou peinture, pour sujet un environnement réel et pittoresque.



ASELP- GYM D'ENTRETIEN ET GYM DOUCE

QUI CONTACTER ?

Nicole Le Coq

E-mail : gymnastique@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Gym d'entretien

Animateur : Hélène Guezennec

Date et horaires : le lundi de 11h à 12h

Lieu : Salle André Paugam

- Gym douce

Animateur : Hélène Guezennec

Date et horaires : le vendredi de 9h30 à 10h30

Lieu : Salle André Paugam

INFORMATIONS DIVERSES

Modalités d'inscription : inscriptions sur place, certificat médical exigé.

ASELP- GYM PILATE

QUI CONTACTER ?

Christine Laëron 07 86 06 70 35

E-mail : pilates@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Peggy Le Guyader

Date et horaires : Le lundi 13h30 à 14h30

- jeudi de 18h15 à 19h15. - vendredi de 13h30 à 14h30.

Lieu : Salle André Paugam

INFORMATIONS DIVERSES

Modalités d'inscription : fiche d'inscription donnée sur place, certificat médical exigé.

Le pilates est une méthode de gym douce visant un travail sur les muscles profonds ainsi que sur l'équilibre et la respiration.

Dans un cours le matériel utilisé est par exemple : le gros ballon, le ring, le foam roller, l'élastiband. N'hésitez pas à venir tester (2 cours gratuits pour la découverte). Les cours sont dispensés par Peggy Le Guyader, animatrice diplômée).



ASELP- GYM TONIQUE - RENFORCEMENT MUSCULAIRE GLOBAL

QUI CONTACTER ?

Liliane Schmidt

E-mail : pilates@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Peggy Le Guyader

Date et horaires : le jeudi de 19h30 à 20h30

Lieu : Salle André Paugam

INFORMATIONS DIVERSES

Modalités d'inscription : sur place, certificat médical exigé

Niveau de pratique : accessible à toutes

Matériel à disposition : élastiques, bâtons, petites haltères, ballons, rings.



ASELP- INFORMATIQUE

QUI CONTACTER ?

Responsable et Animateur Rolland Telle

09 51 18 88 70

Animateur : Gérald Quignon

Animateur : Louis Huiban

E-mail : informatique@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Date et horaires :

- mercredi 18h30 à 20h30 (Maîtriser son ordinateur pour mieux s'en servir)

- Jeudi de 10h à 12h et de 14h à 16h (Bureautique)

- jeudi de 16h30 à 18h30

Lieu : Salle Marie Curie

INSCRIPTION

Remplir le formulaire d'inscription + un chèque de 22 euros (cotisation section) + 8 euros (cotisation Aselp payable une seule fois pour saison en cours).



ASELP- SOPHROLOGIE

QUI CONTACTER ?

Monique Rannou

Animatrice : Anne Auffret

E-mail : sophrologie@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Date et horaires :

le lundi de 17h à 18h15 et de 18h30

à 19h45

le mardi 17h à 18h15

ASELP- TENNIS DE TABLE DE LOISIR

QUI CONTACTER ?

Patrice Frilay 02 96 46 56 11

E-mail : pingpong@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Date et horaires : le lundi de 17h30

à 19h30

Lieu : salle André Paugam



ASELP- TRICOT

QUI CONTACTER ?

Aline Faure - 02 96 48 14 08

E-mail : tricot@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Date et horaires : le jeudi de 14h à 17h

Lieu : club-house salle André Paugam

INFORMATIONS DIVERSES

Niveau de pratique : Débutante, experte, tous niveaux sont réunis tous les jeudis autour d'une table pour discuter, échanger, se détendre et bien sûr progresser, cours à thème. Torsades, points fantaisie, bonnet, chaussettes. En fonction des envies de chacun et des possibilités des animatrices.



ASELP- YOGA

QUI CONTACTER ?

Célia Le Bihan 06 75 99 08 51

E-mail : yoga@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Date et horaires :

- le lundi de 18h à 19h30 (animatrice, Lisa Dickson) et de 14h30 à 16h (animatrice, Brigitte Dauphas)

- le jeudi de 16h45 à 18h15 (animatrice, Brigitte Dauphas) et le vendredi 19h30 à 21h (animatrice Célia Le Bihan).

Lieu : salle André Paugam

INFORMATIONS DIVERSES

Modalités d'inscription : Inscription sur place, certificat médical exigé.



ASELP- RELIURE

QUI CONTACTER ?

Jean François Isaac - 02 96 37 07 93

E-mail : reliure@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animateur : Jean François Isaac

Date et horaires : le mercredi de 10h à 12h

Lieu : Longère du CAREC

ASELP- RANDO PLOUBEZRE

QUI CONTACTER ?

Contact Monique Rannou 06 50 55 37 10

E-mail : randonnees@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Date et horaires : Rendez-vous le Jeudi à 13h30, lieu défini à l'avance



ASELP- CLUB DE GENETS D'OR

QUI CONTACTER ?

Contact : Sylviane Baudont 02 96 37 94 17

E-mail : genetsdor@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Date et horaires : le mercredi de 14h à 17h

Lieu : salle Marie Curie

ASELP- SCRABBLE

QUI CONTACTER ?

Contact : Monique Rannou 06 50 55 37 10

E-mail : scrabble@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Date et horaires : le lundi de 14h à 17h

Lieu : club-house salle André Paugam



Infos aux associations

Les tables de location, les bancs et les grilles d'exposition sont mis gratuitement à la disposition des associations de Ploubezre (pour les réservations, s'adresser en mairie).

Les tarifs ci-dessous ne s'appliquent qu'aux associations de Ploubezre.

Salle Curie (Tarif année 2021) :

- Réunion, Assemblée générale : gratuit

Salle du CAREC (Tarifs année 2021) :

- Une réservation annuelle gratuite du CAREC pour chaque association communale.

- Bal, fest deiz, thé dansant : 200 €

- Séances récréatives (loto, tournoi ...) : 200 €

- Repas d'association : 269 €

- Exposition (avec vente) : 343 €

- Exposition (sans vente) : gratuit

- Réunion (avec sono) : gratuit

- Chauffage : facturé 60 € du 15 octobre au 15 avril

Toute les locations sont soumises à une caution de 150 €, lors de la signature du contrat, y compris pour les associations communales.

Agenda

SEPTEMBRE

> Samedi 4 : Forum des Associations de 9h à 12h à la Salle André Paugam

> Dimanche 12 : Vide grenier de Ploubz'anim & Courir pour Curie

OCTOBRE

> Vendredi 1er : Loto de Ploubz'anim 20h au Carec

> Dimanche 3 : Repas Cécile Espoir au Carec

> Dimanche 24 : Vide Grenier Toutou thérapeute

NOVEMBRE

> Jeudi 11 : Commémoration et exposition au Carec

> Samedi 20 : Pot au feu de l'Hospitalité Diocésaine

DÉCEMBRE

Samedi 4 : Repas des Aînés au Carec

ALVMP Hand-Ball

QUI CONTACTER ?

Contact : Marie-Laure MER

ou ANAELLE DRONIOU

N° téléphone : 07 78 07 19 56

ou 06 42 60 86 24

Adresse E-Mail :

alvmp.handball@gmail.com

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Salle André Paugam

le Vendredi de 17h30 à 19h45



Le Relais Parents-Assistants Maternels

//////////

QUI CONTACTER ?

Contact : Kristell MARIE

N° téléphone : 06 77 38 49 67

E-Mail : rpam.lannion@lannion-tregor.com

INFORMATIONS DIVERSES

Un lieu pour les enfants, les parents, les assistantes maternelles et les gardes à domicile.

Tout au long de l'année, le Relais propose des temps collectifs pour les enfants de moins de 3 ans, accompagnés de leur parents, de leur assistante maternelle ou de leur garde à domicile. Ces espaces-jeu se déroulent, à Ploubezre, les mardis matins des semaines paires (sauf pendant les vacances scolaires). On s'y retrouve pour jouer, faire des activités (jeux libres, motricité, éveil musical, lecture...) et pour se rencontrer dans la bonne humeur.

Vous trouverez le planning d'activités sur le site lannion-tregor.com

FUTURS ET JEUNES PARENTS :

Le Relais, c'est aussi un lieu ressource pour les futurs parents et parents de jeunes enfants. En effet, l'animatrice vous accueille et vous accompagne dans votre recherche d'un mode d'accueil pour votre enfant.

Et par la suite, ce service vous informe et vous accompagne dans votre rôle d'employeur (d'assistante maternelle ou de garde à domicile).

POUR LES ASSISTANTES MATERNELLES :

Le Relais est un lieu ressource de professionnalisation. Les assistantes maternelles peuvent s'adresser au service pour des renseignements sur leur statut de salariée, pour la formation continue et pour tout ce qui concerne leur activité professionnelle.

SERVICE GRATUIT

caution de 150 €, lors de la signature du contrat, y compris pour les associations communales.



La résistante société de chasse de Ploubezre

 //////////

QUI CONTACTER ?

Mr MENOU Alain.

06 70 62 98 47

menou.dominique@orange.fr

2 présidents d'honneur : Ronan LE GALL
et Jean-Paul QUERE

Co-présidents : Alain MENOU
et Thomas BENECH

Secrétaire : David ALLAIN

Secrétaire adjoint : Régis ALLAIN

Trésorier : David OMNÉS

Ploumilliau-Ploubezre Basket Club

QUI CONTACTER ?

Contact : Steve
N° téléphone : 06 64 31 39 29
E-Mail : ppbc77@yahoo.com

Le Ploumilliau-Ploubezre Basket Club, présent sur la commune depuis 4 ans, a pour vocation de faire découvrir à tous, dès 5 ans, l'activité basket. Chaque année, à travers des moments de partage et de convivialité, le club s'agrandit progressivement et espère voir une équipe Séniors Filles se mettre en place, la saison prochaine. Cette année, les enfants ont pu jouer quelques matchs en fin de saison et Le Crazy Tir, le Défi dessin, la Fête du basket et la journée de stage Basket/Armoripark ont été de beaux moments pour tous nos licenciés.

Si vous souhaitez nous rejoindre, surtout n'hésitez pas à nous contacter, nous accueillons toute personne souhaitant prendre du plaisir dans l'activité basket, que vous soyez débutants ou expérimentés, en compétition ou en Loisirs.

Nous vous accueillerons avec notre passion de la balle orange, le Samedi 4 Septembre au Forum des Associations de Ploubezre.

Club convivial, bonne ambiance garantie !!!



ASP22

QUI CONTACTER ?

Président : Eric DENIEL -06.41 66 60 94
Contact : blog.asp22@gmail.com
Trésorière : Agnès LE GORJU -
06.33.63.03.30
Facebook : Asp vingtdeux
Siège social : Mairie de Ploubezre



VOLLEY-BALL

QUI CONTACTER ?

Contact : Eric Déniel
Tel : 06.41.66.60.94

INFORMATIONS DIVERSES

Niveau pratiqué : tous niveaux

Date et horaires : le lundi à partir de 19h30

Modalités d'inscription : forum des associations ou sur place.

Tarifs : 30€

Nombre d'adhérents : 25



EVEIL SPORTIF

QUI CONTACTER ?

Contact : Eric Déniel
Tel : 06.41.66.60.94

INFORMATIONS DIVERSES

Activités : Gym, ballons, lutte, sauts, courses, jeux, ...

Date et horaires : le samedi matin de 10h/11h (toute petite, petite et moyenne section et 11h/12h (grande section et CP) (séances de 45mn)

Modalités d'inscription : forum des associations ou sur place.

Tarifs : 66€

Nombre d'adhérents : 60



BADMINTON

QUI CONTACTER ?

Contact : Kristell MARIE

Tel : 06.84.78.41.20

Mail : Bad.ploubezre@gmail.com

INFORMATIONS DIVERSES

Niveau pratiqué : tous niveaux

Date et horaires : le mardi à partir de 19h00 et le dimanche, de 10h à 12h, dans la salle des sports.

Modalités d'inscription : forum des associations ou sur place.

Tarifs : 30€

Nombre d'adhérents : 60



MARCHE SPORTIVE / NORDIQUE

QUI CONTACTER ?

Contact : Sabrina LE FESSON

Tel : 06.76.71.53.89

INFORMATIONS DIVERSES

Niveau pratiqué : tous niveaux

Date et horaires :
jeudi 18h30 - 20h30
dimanche 9h00- 11h00

Modalités d'inscription : forum des associations ou sur place.

Tarifs : 30€

Nombre d'adhérents : 40



Les séances se déroulent essentiellement sous forme de jeu libre ; quelques rencontres interclubs sont organisées avec les clubs loisirs du secteur.

N'hésitez pas à venir essayer en début d'année !

Les débutants et confirmés sont les bienvenus

Montant de la cotisation : 30€

(gratuit si plus de 2 mois de confinement).



FITNESS

QUI CONTACTER ?

Contact : Agnès Le Gorju

Tel : 06.33.63.03.30

INFORMATIONS DIVERSES

Activités : Fitness dance, Fitness, Renforcement, abdos/fessiers, body-barres, body-sculpt, ...

Date et horaires : Heures de cours réparties sur la semaine.

Modalités d'inscription : forum des associations ou sur place.

Nombre d'adhérents : 120



Bibliothèque municipale

//////////

QUI CONTACTER ?

Siège social Rue du stade

N° téléphone 02 96 47 16 74

La Bibliothèque est située au 1er étage du CAREC

Responsable pour la mairie Mayeux Delphine & co-responsable comme bénévole Le Jeune Anne-Marie, assistées d'une équipe de bénévoles tout au long de l'année.

La bibliothèque est ouverte aux écoles comme au public avec une inscription gratuite.

OUVERTURE

Lundi et jeudi 9h00/12h00

Jeudi 13h30/16h pour les écoles, 16h30/18h30 public

Mercredi & samedi 10h/12h,

Mercredi matin pendant les vacances scolaires et la première semaine d'août..

DRIVE

Passer la commande sur le site ou par Téléphone.

Venir chercher votre commande au rez-de-chaussée.

Retour au rez de chaussée.

Ploubz'anim //////////////

QUI CONTACTER ?

Siège social : Mairie de Ploubezre
Contact : Jean-Yves Morvan
N° téléphone : 06 70 66 50 76
E-Mail : jeanyves.morvan22@gmail.com

BUREAU

Président : Jean-Yves Morvan
Vice président : Le couls jean marc
Trésorière : Soyer regine
trésorier adjoint Guyomard ronan
Secrétaire : Lessard daniel

L'association organise si les conditions sanitaires le permettent:

- le traditionnel vide grenier le 12 septembre dans la Zac de 6h à 18 h
- le loto le 1er octobre

le bénéfice servira a organiser les fêtes de ploubezre

Toutes les personnes voulant intégrer l'équipe seront les bienvenus

L'ensemble du bureau remercie les membres, les sponsors, les bénévoles et les participants pour votre participation aux manifestations. Le Président

MIN RAN //////////////

ACTIVITÉ : Broderie

QUI CONTACTER ?

Josette LOZAHIC - 02 96 47 18 95
E-mail : henry.lozahic-josette@wanadoo.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Lieu : Club house
Horaires : le vendredi de 13h30 à 16h30

Foot en salle //////////////

L'association foot salle de Ploubezre se réunit chaque mercredi soir à la salle André Paugam de 20h30 à 22h.

L'esprit de notre association se veut être une activité de loisir où des passionnés du ballon rond, désireux de passer un bon moment entre amis, se défoulent lors de matchs de 10 minutes entre équipes de 6 à 7 joueurs en alternance pendant la durée de la séance, sur le terrain de hand de la salle omnisports.

L'ambiance est chaleureuse, détendue et en dehors de tout esprit de compétition. Nous comptons actuellement une vingtaine de membres.

Le coût de l'adhésion annuelle est de 30 euros.

La séance hebdomadaire se déroule chaque mercredi soir de 20h30 à 22h toute l'année de septembre à fin juin/début juillet sans interruption.

La saison 2021/2022 débute le mercredi 01 septembre 2021.

Nous sommes toujours prêts à intégrer de nouveaux membres désirant se défouler dans la convivialité.

Alors, n'hésitez surtout pas à venir faire un essai !

QUI CONTACTER ?

Bernard Delisle - Président de l'association : 06 30 56 60 42
Marc Le Naour - Trésorier de l'association : 02 96 14 09 75



Yoga pour Tous en Trégor et Goëlo

L'association Yoga pour Tous, qui s'est créée sur Ploubezre en novembre 2018, propose en 2021-2022 plusieurs pratiques de yoga :

- une pratique le lundi de 16H15 à 17H45 à la salle Paugam, animée par Odile BONARD (diplômée et affiliée à la FNEY, Fédération nationale des Enseignants de Yoga)

- une pratique le mardi de 18H00 à 19H30 au CA-REC, animée par Elisabeth ROUSSARIE (diplômée et affiliée à la FNEY)

- une pratique matinale d'éveil de 30 minutes par zoom (et/ou enregistrement audio) le mardi et/ou jeudi matin à 7H00 (horaire à préciser en fonction des demandes), animée par Elisabeth ROUSSARIE

Pour toute information complémentaire (tarif, niveau, matériel, cours d'essai, etc.), n'hésitez pas à contacter :

Par mail l'association Yoga pour tous :

yoga.pour.tous22@gmail.com

Par téléphone Elisabeth ROUSSARIE :

06 87 03 67 24



Rederien Plouber

Le club propose à celles et ceux qui veulent courir en groupe pour le plaisir et maintenir la forme de se retrouver le jeudi en soirée et le dimanche matin .

Les sorties s'adressent à tous les niveaux pour découvrir les chemins et boisements de la commune .

Le club participe également à des trails locaux et organise le trail du Min Ran en Avril (trail nature et solidaire) .

Le club des Rederien réunira son assemblée générale le vendredi 10 septembre 2021.

Contact : 06 10 89 29 75.



Les amis de Kerfons-Mignoned Kerfaoues

QUI CONTACTER ?

Siège social : Mairie de Ploubezre

Contact Raoul Le Chenadec

N° téléphone : 06 88 37 59 90

E-Mail : raoulstlechenadec@gmail.com

BUREAU

Vice-président : Raoul Le Chenadec

Secrétaire : Eric Robin

Secrétaire adjointe : Françoise Allain

Trésorier : Jean-françois Goaziou

Trésorier-adjoint : Rodolphe Biss



La Ruche Artistique

//////////

La Ruche est une association loi 1901, créée en 2002, gérée par des bénévoles et animée par des professeurs rémunérés.
Nombre d'adhérents : 340
Nombre d'activités : 13
Siège social : Mairie de PLOUBEZRE
Site : www.association-la-ruche-artistique-ploubezre.com



QUI CONTACTER ?

Anne-Marie PICHON : 06 88 57 11 36
Mail : anne.marie.pichon68@orange.fr

CAPOËIRA

Animatrice : Charlotte TOSCANI
Enfants de 6 à 11 ans vendredi 17 h15
Lieu : Gymnase A PAUGAM

CPN DÉCOUVERTE

nature/environnement pour les enfants :
Club Connaître et Protéger la Nature
Animateur : Jakez LINTANF
Enfants à partir de 6 ans à 12 ans
1 cours par mois Samedi
Lieu : dans la nature

THÉÂTRE

Animatrice : Marianne VINCENT
Pour enfants et ados à partir de 7 ans
+ adultes
Lieu : scène du CAREC

LES PETITS LOUPIOTS

Section proposée par les assistantes maternelles de la commune qui souhaitent se réunir avec les enfants dont elles ont la garde pour faire des activités manuelles
Lieu : Club-House Gymnase A PAUGAM

DANSE CONTEMPORAINE

Animatrice : Magali BLANC
Enfants de 4 à 14 ans mercredi après midi
Adultes : mercredi soir
Lieu : Salle de danse Gymnase A PAUGAM

PEINTURE SUR TOUT SUPPORT - ACRYLIQUE

Animatrice : Marie COTONEA
Adultes : mercredi ; jeudi ; vendredi
Lieu : Club-House Gymnase A.PAUGAM

DESSIN, PEINTURE, ACRYLIQUE, PASTEL, AQUARELLE ETC

Animatrice : Sonia PENE
Enfants : lundi mardi 18h00
Lieu : Club-House Gymnase A.PAUGAM

VITRAUX FUSING ET PATRIMOINE

Animatrice : Aurélie HABASQUE-TOBIE
Atelier sur 1 samedi par mois (journée)
Contact : André PICHON - 07 83 23 62 32
Lieu : Longère du CAREC

PÔLE MUSIQUE

Contact : Jean-Yves BOULAI - 06 52 24 29 39
Mail : jeanyves.boulai@sfr.fr

PIANO

Animateur : Alexandre BOULAI
Cours individuel enfants et adultes
Lundi, Mardi, Mercredi, Samedi
Lieu : Salle de musique longère du CAREC

GITARE

Animateurs : Gabriel NOGUE
& Thierry MORISSEAU
Cours individuel enfants et adultes
Cours individuels et collectifs enfants et adultes du lundi au samedi
Lieu : Salle de musique longère du CAREC

FLÛTE TRAVERSIÈRE MÉTAL & IRLANDAISE

Animatrice : Florence LE QUELLEC
Cours individuels enfants et adultes mardi
Lieu : Salle de musique longère du CAREC

VIOLE DE GAMBE

Animatrice : Nathalie LE GAOUYAT
Cours individuel et consort
Lieu : Salle de musique longère du CAREC

CHORALE «POLLEN »

Chef de Chœur : Alexandre BOULAI
Adultes : lundi soir 20h30-22h
Lieu : Club-House Gymnase A.PAUGAM

Amicale cyclotouriste et vététiste de Ploubezre

//////////

QUI CONTACTER ?

Siège social : Mairie de Ploubezre
Contact : Samuel Le Fesson
N° téléphone : 07 68 83 18 14
Site Web : <http://club.quomodo.com/ploubezre-cy-clo/accueil.html>

BUREAU

Président : Samuel Le Fesson
Trésorier : Dominique Guinel
Secrétaire : Michel Le Manac'h
Responsable VTT Michel Lozahic

INFORMATIONS DIVERSES

Dates et horaires :
Les sorties régulières se font au départ de la place de la mairie tous les mercredis à 9h et tous les dimanches matin entre 7h45 et 9h selon la saison.

Les dimanches matins à 9h30 pour les femmes .

Lieu : départ du bourg de Ploubezre

L'association des cyclotouristes et vététistes de Ploubezre roule toute l'année sur les routes et chemins de notre belle région. Vous trouverez dans ce club dynamique un esprit convivial ou les groupes de niveaux vous permettront de trouver votre place. L'adhésion est de 30€ pour les hommes et de 15€ pour les femmes. Pour plus de renseignements, venez nous rencontrer au forum des associations ou par téléphone au 07 68 83 18 14.



Comité de jumelage

LANNION-CAERPHILLY / PLOUBEZRE-LLANBRADACH //////////



De nombreuses actions prévues, avec les établissements scolaires, ainsi que notre voyage au Pays de Galles, n'ont pu être réalisées depuis 2020.

Nous attendons avec impatience de pouvoir reprendre ces activités, et de pouvoir revoir nos adhérents.

Nous avons pu tenir notre assemblée générale en visio-conférence et en présentiel le 27 février 2021.

Madame Marie-Madeleine Desmeulles nommée déléguée à la ville était présente. Monsieur Gil-das Nicolas a été élu au Conseil d'administration.

Pour maintenir les liens, nous faisons des visio-conférences avec

nos amis gallois, ce qui nous permet d'avoir des nouvelles du Pays de Galles.

Nous avons ainsi pu échanger sur la façon dont nous avons vécu ces périodes de confinement.

Le comité gallois a demandé à ces adhérents d'écrire leurs témoignages

Deux exemples :

- Phil a appris à cuisiner

- Colin Mann et Diane sont devenus des enseignants pour leur petit fils.

Nous avons créé un compte Facebook qui n'est pas encore très actif.



Union Nationale des Combattants de Ploubezre

QUI SOMMES NOUS ?

Une association intergénérationnelle créée en Novembre 1918. Reconnue d'utilité publique.

Siège social : Mairie de PLOUBEZRE.

Renseignements, adhésions :

06 22 53 54 01 - Courriel : mintoull22@la-poste.net

Site Facebook : U.N.C PLOUBEZRE

Courriel : unc-ploubezre@orange.fr

Président, Hubert GARRIC (06 22 53 54 01)

Trésorier, Jean-Yves MÉNOU.

QUI RASSEMBLONS-NOUS ?

- Les hommes et les femmes qui ont porté l'uniforme pendant ou hors les conflits (appelés du service national, engagés volontaires, militaires de carrière, Gendarmes, Policiers, Pompiers), anciens combattants ou pas.

- Les veuves et orphelins de Guerre.

- Les veuves d'anciens combattants.

BUTS/ACTIONS

- Maintenir et développer les liens de camaraderie et d'amitié entre ceux et celles qui ont participé à la défense de la Patrie.

- Agir pour la défense du monde combattant (est à l'origine de toutes les avancées obtenues en matière de législation combattante).

- Perpétuer le souvenir des « Morts pour la France » en leur rendant hommage lors des commémorations.

- Contribuer à la transmission de la Mémoire et à la formation civique des jeunes générations par des témoignages et en associant la jeunesse aux cérémonies patriotiques.

- Participer à l'esprit de Défense (témoignages, conférences, expositions).

- Soutenir les Forces Armées, de Maintien de l'Ordre, de Secours et de Protection.

L'action sociale et la solidarité sont les fondements de l'U.N.C (aides morales, financières, suivi des veuves et orphelins de guerre et veuves d'anciens combattants – Aide à la reconversion – Conseils pour la constitution de dossiers - etc.)



Conformément à ses statuts et buts, l'U.N.C PLOUBEZRE agit localement mais aussi dans et hors le département des Côtes d'Armor. Compte-tenu de la situation sanitaire, les activités habituelles ont été fortement réduites depuis des mois. Espérons qu'elles pourront reprendre normalement. Ainsi, l'UNC en coopération avec la Mairie de PLOUBEZRE prépare une exposition ayant pour thème le centième anniversaire de la construction du monument aux Morts communal (1921 – 2021). Afin d'enrichir cette exposition qui aura lieu à l'occasion du 11 Novembre prochain, toutes celles et tous ceux disposant de documents, archives, photos, objets en lien avec des anciens combattants (14/18 – 39/45 – Indochine – Algérie) morts ou non pour la France, peuvent contacter l'UNC PLOUBEZRE.



U.S Ploubezre

(ASSOCIATION FONDÉE EN 1970) :
PRATIQUE DU FOOTBALL

L'association Union Sportive PLOUBEZRIENNE (siège social en Mairie de PLOUBEZRE) a été fondée en 1970. Elle permet à ses adhérents et pour toutes les catégories d'âge, la pratique du FOOTBALL dans un cadre structuré (tant en qualification de ses éducateurs qu'en infrastructure municipale).

QUI CONTACTER ?

Le Président : Marcel CORBEL
51, KERNEVEZ, ST MICHEL EN GREVE
N° de téléphone : 06 12 75 29 75
E-mail : marcelcorbel22300@gmail.com

LE BUREAU

Président : Marcel CORBEL (06 12 75 29 75)
Vice-Présidents délégués :
- Gérard BARO Responsable des terrains et des relations avec la municipalité (06 28 61 69 29)
- William LE BIHAN, référent Séniors (06 80 89 19 73)
- Mickaël FOMEL, responsable du tournoi annuel des jeunes (06 70 10 38 85)
Trésorerie : Roselyne DANIEL (06 85 27 34 99)
Secrétariat : Marie Françoise CORBEL (06 19 92 20 15)

LE DÉROULEMENT DES ACTIVITÉS

Lieux : Au terrain municipal et à la Salle André PAUGAM (suivant les conditions climatiques)

Entraîneur Sénior : Yannick LE KERNEAU (06 33 25 70 41)
- Entraînement les Mercredis et le Vendredis à 19h
Entraîneur / Correspondant U18 / U17 / U16 : Bryan LE GOFF (06 70 17 46 02)
Entraîneur / Correspondant U15 / U14 : Éric OLLIVIER (07 67 16 19 03)
Responsable de l'école de Foot : Sabine GOÏSNARD (06 34 01 34 16)



INFORMATIONS DIVERSES

Nombre d'adhérents :
Plus de 240 licenciés

NIVEAU DE PRATIQUE DU FOOTBALL

- Séniors : Equipe 1 en District D1, Equipe 2 en District D2 et Equipe 3 en District D3
- Jeunes : U18 en District et U15 en District
- Ecole de Foot : U13 à U6 (6 ans dans l'année)
- Vétérans (selon effectif) évoluant en Loisir
Contact : Christophe DUCHOSSOY (06 18 31 50 39)

MODALITÉS D'INSCRIPTION

- Demande de licence visée par le médecin, 1 photo, 1 photocopie de pièce d'identité
- Cotisation annuelle (de 50€ à 80 €) en fonction de la catégorie d'âge (dégressivité accordée si plusieurs jeunes adhérents dans une même famille)

Div Yezh Ploubezre

//////////

Présidente : Maryline PAILLER
Trésorière : Maï RAOUL
Secrétaire : Marion OUEDRAOGO
Mail : divyezhplover@gmail.com
Téléphone : 06.60.31.96.61

Association créée en mai 2021 dans le but de promouvoir l'enseignement du breton à l'école publique de Ploubezre.

div yezh



skolioù publik

Stratégie et Maîtrise d'Adversaires

Sporting Five

QUI CONTACTER ?

Téléphone : 06.27.69.46.26 (Anthony)

Mail : smabretagne@gmail.com

Fb : SMA Bretagne - Self - Défense

Le club Stratégie et Maîtrise d'Adversaires est un club de Self-défense basé sur le cadre légal de la légitime défense. La SMA est un art martial contemporain adapté à la préparation physique et mentale de ses adhérents. Les techniques sont simples et efficaces et s'adressent à tout le monde.

Vous trouverez des techniques de self-défense, Boxe pieds-poings, Muay thai et travail au sol.

Club affilié au Contact Défense (Fédération Française de Kickboxing, Muaythai et Disciplines associées).

Les cours sont délivrés par :

- Anthony, entraîneur, titulaire du Brevet Moniteur Fédéral 3 «Sports de contacts et disciplines associées

- Yann, actuellement en formation.

Date des cours: le jeudi (à partir du 09 septembre 2021)

Lieu : à la salle du CAREC à PLOUBEZRE.

Horaire : 20h00 - 21h30

Cours à partir de 15 ans.

Adhésion adulte : 130 euros

Adhésion Étudiant et moins de 18 ans : 110 euros



//////////

Le Sporting Five est une jeune association sportive créée en mai 2020 . Elle propose sur la commune de Ploubezre l'activité Chanbara (escrime japonaise) que l'on peut pratiquer dès l'âge de 7 ans.

Cette activité se pratique le samedi de 14h30 à 16h30 à la salle omnisport André Paugam (salle de danse)

Elle propose également d'autres disciplines comme le judo, jujitsu (self défense), le babydo ainsi que l'éveil sportif pour les tout-petits sur d'autres communes environnantes.



SPORTING FIVE



CHANBARA « L'ART DES SAMOURAÏS »

Public : enfants à partir de 7 ans, adolescents et adultes.

Durée de la séance : 1 heure ou 1 heure trente selon la séance.

Horaire et lieux des cours : samedi 14h30-16h30 salle André Paugam

Objectifs : le chanbara est l'escrime du Sabre.

Résumé : C'est un art martial dont la pratique est très facile d'accès à tout âge. Elle est ludique et les progrès sont rapides. Elle se pratique notamment avec des armes en mousse.

Prix à l'année (cotisation + adhésion FFJDA) = 155 euros

Renseignements : <http://sportingfive.fr>

SERVICES MÉDICAUX

PÔLE MÉDICAL ET PARA-MÉDICAL

2 rue François Tanguy-Prigent

Médecin Généraliste : 02 96 47 14 15

Docteur Alain CLECH

Chirurgien-dentiste : 02 96 54 74 13

Docteur Eric ESNAULT

Cabinet infirmier : 02 96 37 79 40

*Christelle GUIGNARD, Anita LE BRAS,
Sylvain LE NER*

Kinésithérapeute : 02 96 47 14 44

Isabelle OLLIVIER

Podologue : 02 96 37 53 76

Nadège BLIGNE-JORET

Médecin Généraliste : 02 96 47 13 66

Docteur Olivier CAOULAN, 7 Rue Paul Salaun

Chirurgiens-Dentistes : 02 96 47 12 03

*Docteur Ofelia VLAD, Docteur Andrei GROZA
4 Place de la Poste*

Kinésithérapeute : 02 96 54 63 50

Franck Le Dissez, 46 Bis r Jean Marie Le Foll

Pharmacie : 02 96 47 15 31

Laurent BERNARD-GRIFFITHS

2rue Pierre-Yvon Tremel - Parc Izellan

LA POSTE

HORAIRES D'OUVERTURE

Mardi au Vendredi : 14h15 à 17h15

Samedi : 9h00 à 12h00

HORAIRES DE LEVÉE DU COURRIER

Lundi au Vendredi : 15h45

Samedi : 10h45

Contact : **02 96 47 14 49**

DÉCHÈTERIE

LA DÉCHÈTERIE DU CREYOU,

Mardis : 13h30 à 18h00

Samedis : 9h00 à 12h00 et 13h30 à 18h00

ENCOMBRANTS

Le retrait des encombrants se fait sur inscription.

Contacteur LTC: **02 96 05 55 55**

Mairie //////////////



HORAIRES D'OUVERTURE

- Lundi et Samedi : 9h00 à 12h00

- Mardi à Vendredi : 9h00 à 12h
et 13h30 à 17h00

Téléphone : **02 96 47 15 51** / Courriel : mairie@ploubezre.fr

Site internet : www.ploubezre.fr

Permanence des élus

(sur rendez-vous)



Maire : Brigitte GOURHANT
Mercredi et Samedi de 10h à 12h



1^{er} adjoint : Jérôme LAFEUILLE
En charge de l'urbanisme, de l'habitat et du développement économique
Jeudi de 10h à 12h, Samedi de 10h à 11h



2^{ème} adjoint : Françoise ALLAIN
En charge des affaires sociales et de la solidarité
Vendredi



3^{ème} adjoint : Malek ZEGGANE
En charge des travaux, de la voirie et des espaces verts.
Samedi matin



4^{ème} adjoint : Marie-Pierre LE CARLUER
En charge des finances
Vendredi de 9h30 à 11h30



5^{ème} adjoint : Jean-Luc CHEVALIER
En charge de l'environnement, de l'agriculture et du tourisme.
Samedi de 9h à 12h



6^{ème} adjoint : Evelyne GIRAUDON
En charge de la vie scolaire, de l'enfance et la jeunesse.
Mercredi de 10h à 12h



7^{ème} adjoint : Louis JEGOU
En charge de la vie associative, de la culture et du patrimoine.

CONSEILLER MUNICIPAL DÉLÉGUÉ



François VANGHENT
En charge de la démocratie participative.



Rodolphe BISS
En charge de la communication.

Conduite accompagnée
Conduite supervisée
Perfectionnement
Permis B

Ludo Conduite

02 96 37 60 09

Lannion - 44, rue de Béguier / Ker Hoel - 2 place St Yves
Ploubezre - 2, place de la Poste / Ploumilliau - 4, place de l'Église

TRÉGOR TAXIS

-- 11 véhicules --

Gares - Aéroports - Toutes distances
Mise en route du compteur à la prise en charge

Lannion - Ploubezre - Trévou - Plouaret - Plestin

06 07 09 51 59

LA TURQUOISE

POULBEZRE

02 96 91 52 16

Phil TAXI VOYAGER FACILE

www.phil-taxi.fr
contact@phil-taxi.fr

06 68 510 240

TOUTES DESTINATIONS
CONVENTIONNÉ SÉCURITÉ SOCIALE
TRANSPORT PUBLIC DE PERSONNES

TPMS
TOURISME
SORTIES

PLESTIN-LES-GREVES . PLOUBEZRE
PLOUNÉRIN . TONQUÉDEC

PIZZA À EMPORTER

Fabie Pizza
Tél. 07 86 22 83 96

Tous les Vendredi soirs
Parking de la mairie de PLOUBEZRE

Astuce Paysage

Création & Entretien

Christophe Le Bozec
Paysagiste

22300 PLOUBEZRE

06 31 38 93 02
christophe_lebozec@yahoo.fr

ANNE TAXI
Présente sur les communes de
PLOUBEZRE/LANNION/
PERROS GUIREC

06.07.49.73.32

Imp nivern bihan
Rte de Perros 22300LANNION
annetaxilannion@gmail.com
ANNE-TAXI.COM

INTERIEUR & EXTERIEUR

LE GUEN
PEINTURE

22148 CAVAN
29168 PLOUIGNEAU
Tél.:02.96.37.41.38
contact@leguenpeinture.fr

PROFESSIONNEL & PARTICULIER



DAB - DRIVE

CARBURANTS - PHOTOMATON - PIZZAS - GAZ

**Ouvert du lundi au samedi de 9h à 19h30
et le dimanche de 9h à 12h30**

Tél. 02 96 46 72 31

Numéros d'urgences

Pompiers : **18**

Gendarmerie : **17**

SAMU : **15**

SAMU Social (sans abri) : **115**

Enfants Disparus : **116000**

Appel d'urgence Européen : **112**

Gendarmerie nationale :

PLESTIN LES GREVES
02 96 35 62 18

(lundi, mercredi, vendredi, dimanche et fériés)

PLOUARET
02 96 38 90 17
(mardi, jeudi, samedi)

Centre hospitalier
02 96 05 71 11

Polyclinique du Trégor
02 96 46 65 65



Envie d'un moment
pour ne prendre soin que de vous, de vous relaxer ?
Cet instant, je vous le propose que ce soit pour
une épilation, une beauté du visage
un massage, une réflexologie plantaire.

mary-naturo-estheticienne.fr
Tél: 06.85.72.26.24 (sur Rdv)

A2M THERMIE

02 96 38 96 98

David MESTRIG - Laurent MICHEL
LE VIEUX-MARCHÉ, 400 Lannion/Plouaret
PLOUARET - INHÉREL, ZA Bay Ar'Ch'as
a2mthermie@gmail.com

Plomberie
Chauffage
Électricité
Salle de bains
Climatiseur

RGE

Aurélien Couverture

Couverture - Zinguerie
Neuf & Rénovation

Aurélien Taillé / Kerbrant - 22300 PLOU/BEZRE
Tél. 02 96 37 66 68