N° 35 du vendredi 18 novembre au vendredi 25 novembre 2022

Les échos de Plougonvelin

BULLETIN COMMUNAL - TÉL : 02 98 38 03 81 - bulletin@plougonvelin.fr

Keleier Plougonvelen

MAIRIE : 02 98 48 30 21

mairie@plougonvelin.fr

URGENCES :

Pompiers	18
SAMU 29 / Médecin de garde	15
Urgence dentaire	15
Gendarmerie	17
Cross Corsen	196

SERVICES TECHNIQUES :
technique@plougonvelin.fr

POLICE MUNICIPALE :
Toute demande : police@plougonvelin.fr
ligne d'urgence : **06 19 41 44 43**

PHARMACIE
RIVOALEN : **02 98 48 34 61**
PHARMACIE DE GARDE : **32 37**

SOINS INFIRMIERS
D. POLLEFORT, M. LE GLEAU, V. PHILIPONA, Y. QUEFFELEC : **02 98 48 21 80**
V. COMAZZI, V. LE BORGNE, P. GUERIN : **02 98 04 78 33**
S. LAMIL, G. AUTRET, M. RODRIGUEZ, A. HENRY : **02 98 48 33 72**

MEDECINS
S.QUEMENEUR, S.LESIMPLE, H.RAULT : **02 98 48 30 04**
A.LE MARTRET (ACUPUNCTRICE) : **02 98 48 32 89**

PRESSE
Le Télégramme : **06 73 12 19 21**
cessoumich@gmail.com
Ouest France : **06 37 60 65 25**
gery.baldenweck@orange.fr

DÉCHÈTERIE
Du lundi au samedi (fermée le mardi)
10 h - 12 h et 14 h - 17 h
Dimanche : 10h - 12h

SOCIAL
CCAS (Mairie) : 02 98 48 30 21
Portage de repas : Mairie
CDAS (St Renan) : 02 98 84 23 22
CLIC (Lanrivoaré) : 02 98 84 94 86

RESTAURANT SCOLAIRE

Lundi 21 : Terrine campagnarde cornichons, Emincé de dinde aux épices, Petits pois*, Fruits*
Mardi 22 : Salade verte*, Tartiflette, Compote*
Mercredi 23 : Salade chinoise, Pilon de poulet rôti, Poêlée de légumes*, Dessert lacté*
Jeudi 24 : Potage* (potager de St Mathieu), Emincé de boeuf strogonoff, Haricots verts*, Fruits*
Vendredi 25 : Menu végétarien
Oeuf mayonnaise, Rizotto aux légumes*, Crème de parmesan, Fruits*

* = AB

PROVERBE DE LA SEMAINE / KRENNLAVAR AR SIZHUN

Mat eo bevan pell, bevan mat a zo gwelloc'h.
Il est bien de vivre longtemps, il est mieux de bien vivre.

Association Marc'h mor
Tél : 06 71 96 01 87
rene.lemoign@orange.fr

ÇA SE PASSE A PLOUGONVELIN / PEZ A DREMEN E PLOUGONVELEN

PRUDENCE : PRÉSENCE DE PHYSALIES ET DE MÉDUSES EN NOMBRE SUR LES PLAGES

Même mortes, échouées, et à moitié sèches, les cellules urticantes des physalies et des méduses peuvent rester actives plusieurs jours.
Les piqûres de physalie provoquent des lésions de la peau très douloureuses, avec sensation de brûlure ou de décharge électrique. **Dans 10% des cas, des symptômes plus graves apparaissent et peuvent nécessiter une hospitalisation.**

Comment reconnaître une physalie ?

> Elle s'aparente à un sac gonflé d'air, mesurant 15 à 20 cm, d'aspect rosé ou bleuté, flottant hors de l'eau, **et peut être facilement confondue avec un sac plastique ou un petit ballon de plage.**
> **Ses tentacules *(filaments de 15 à 40 cm)* extrêmement urticants sont fragiles et se rompent facilement.**

Que faire en cas d'envenimation?

> Retirer les tentacules sans les écraser en appliquant de la mousse à raser, ou du sable sec (pas de sable humide)
> Racler l'ensemble sur la peau avec un carton ou une carte de crédit
> Rincer les lésions à l'eau de mer (ne pas utiliser d'eau douce ou de vinaigre), au serum physiologique, ou désinfecter avec une compresse stérile imbibée d'antiseptique
> Consulter un médecin si les douleurs persistent au-delà de 30 minutes

Ce qu'il ne faut pas faire :

> Ne pas frotter ses lésions avec la main
> Ne pas inciser la plaie, ni aspirer le venin, ni uriner sur la brûlure
> Ne pas rincer à l'eau douce (accentuation de la décharge toxique)
> Ne pas appliquer de pommade ou de gel (corticoïdes ou antihistaminiques) en première intention

Plus d'infos : ARS Bretagne
Tél : 02 98 64 50 73
ars-dt-29-sante-environnement@ars.sante.fr

ÉCLAIRAGE PUBLIC : PLAN DE SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE

Coupure de l'éclairage public à 20h30 sur toute la commune.
Le samedi et le dimanche : à 22h30 pour le boulevard de la mer, une partie de la rue Saint Yves et le bourg. Pas d'éclairage le samedi et le dimanche matin (sauf marché hebdomadaire du dimanche matin au Trez-Hir).

Accueil, Informations, billetterie :
Mardi à Vendredi
10h00 - 12h00 et 14h00 - 18h00
Samedi : 10h00 - 12h00
+ les jours de spectacles

Billetterie en ligne 7/7 :
www.espacekeraudy.com

LA MEDIATHÈQUE - TÉL : 02 98 38 03 83

HORAIRES D'OUVERTURE :

Lundi	11h00 - 12h00
Mardi	16h30 - 18h30
Mercredi	15h30 - 18h30
Jeudi	11h00 - 12h00
Vendredi	17h00 - 19h00
Samedi	10h00 - 12h00

RENCONTRE AUTOUR DES LIVRES
Jeudi 24 novembre à 18h30
Au bar Le Cap Ouest
Accès libre. Ouvert à Tous.
Tous les derniers jeudis du mois

CONTES ET RÉCITS
GRANDE MARÉE

Carole JOFFRIN : Et pourquoi ça?
Mardi 29 novembre à 18h30.
Espace Kéraudy. A partir de 5 ans.
Gratuit. **Sur inscription :**
mediatheque@espacekeraudy.com

ASSOCIATIONS : ASSEMBLÉES GÉNÉRALES

Solidarité Iroise
Samedi 19 novembre à 18h
Maison des sports, Stade du Trémeur

Association Bertheaume
Samedi 26 novembre à 18h30 (accueil)
AG à 19h00 - Espace Kéraudy

ACPL *(Association des Artisans, des Commerçants et des Professions Libérales)*
Lundi 21 novembre à 19h00
Salle Hippocampe (1er étage)

La Littorale
Samedi 3 décembre à 10h45
Maison des sports, Stade du Trémeur

REPAIR CAFÉ - PROCHAINE SÉANCE :
Samedi 26 novembre de 15h00 à 19h00 - Salle Hippocampe
Pas de séance Repair Café en décembre. Reprise le 11 janvier

CCAS : PROCHAIN CINÉ CAUSETTE :
Vendredi 2 décembre à 14h30 au cinéma

ESPACE AQUATIQUE TRÉZIROISE - TÉL : 02 98 38 06 11

STAGES VACANCES DE NOËL
Inscription sur place ou par téléphone à partir du lundi 21 novembre.

- STAGE DE NATATION : Du lundi au vendredi pour les enfants à partir de 6 ans *(sous réserve d'un test de niveau)*
Durée des séances : 45 minutes
Initiation 11h. Evolution 12h. Perf 13h

- STAGE RÉFLEXE AQUATIQUE 4/6 ANS
Stage de 5 jours à 10h.

Téléthon
Samedi 3 Décembre de 14h à 16h :
Venez pratiquer pour 1/2 heure, soit :
- la nage sirène
- l'apnée statique
Réservation obligatoire : 06 65 19 78 17
en partenariat avec Les Enfants de l'Océan

TREZIROISE ESPACE AQUATIQUE

INFORMATIONS EXTRA-COMMUNALES

FAIRE DES ÉCONOMIES DE CHAUFFAGE AVEC TINERGIE
Tél : 02 98 33 20 09
Permanences organisées à la Communauté de communes sur rendez-vous 2 fois par mois.

PLOUMOGUER : CONCERT DE SOLIDARITÉ POUR LE PEUPLE UKRAINIEN : Dimanche 20 novembre. 17h-20h. Salle Océane. A l'affiche : Arzelyz et les Marins du Bout du Monde. Organisé par le CCAS et l'association Melomania. Entrée au chapeau et buvette.

LE CINÉMA

Vendredi 18
- 20h30 : La conspiration du Caire (VOST)
Samedi 19
- 18h00 : Reprise en main
- 20h30 : Plancha
Dimanche 20
- 15h30 : Samouraï Academy
- 18h00 : Plancha
- 20h30 : La conspiration du Caire (VOST)
Mardi 22 : 20h30 : Close

A VENIR : La Nuit du Polar #3

Samedi 3 décembre à 17h30
> 3 films :
- UN PROPHÈTE, Jacques Audiard, 2009
- SEULES LES BÊTES, Dominik Moll, 2019
- WIND RIVER, Taylor SHERIDAN, 2017

> Tarif : Pass à 20€, y compris le buffet après le 1er film. Possibilité de voir un ou deux films au tarif unique de 6€ par film
> Inscriptions possibles :
cinema.plougonvelin@gmail.com
ou par téléphone: 09 75 85 80 78

NOVEMBRE : MOIS SANS TABAC

RÉUNION D'INFORMATION
Mardi 22 novembre à 19h00
Hôpital Le Jeune, à Saint Renan

CONSULTATIONS INDIVIDUELLES DE TABACOLOGIE GRATUITES
jeudi 24 novembre de 9h à 12h à la CCPI.
Informations et inscriptions au **02 98 84 94 86**

CONSULTATIONS SEVRAGE TABAGIQUE
Jeudi 24 novembre de 14h à 18h.
Cabinet médical du Conquet
Tél : 07 65 87 36 60

COMMUNAUTÉ CHRÉTIENNE

Dimanche 20 novembre
Messe à 10h30 à Plougonvelin

Samedi 26 novembre
Grand ménage du patrimoine religieux
avant l'installation de la crèche de Noël.
RDV dans les églises à partir de 9h30
(apporter balais, tête de loup, chiffons)

Maison paroissiale de Plougonvelin :
Tel : 02 98 37 86 75
cclpenarbed@orange.fr
Permanences : Impasse du Mézou
10h30 - 12h00 mercredi et samedi