



Ti-Kêr Tregaranteg

Bulletin d'informations municipales

N°12 / septembre 2025

MÉMENTO

La mairie est ouverte au public les mardis, jeudis et vendredis de 9h00 à 12h30, lundis et mercredis de 8h30 à 12h30. Tél : 02.98.83.61.65
mairie.tregarantec@wanadoo.fr

<https://tregarantec.bzh>  mairie de Trégarantec

Entretien avec le Maire ou les adjoint.e.s au Maire sur rendez-vous

Numéros d'urgence/service de garde

Pompiers : ☎ 18 ou 112

Gendarmerie : ☎ 17 ou 02.98.83.00.40

Médecin/dentiste de garde : ☎ 15

Pharmacie de garde : ☎ 3237

Ambulances : ☎ 15

ENEDIS—Panne électricité : 09 726 750 29

Service eau/assainissement collectif (CLCL) - ☎ 02.98.83.02.80. Accueil de 8h30/12h- 13h/17h du lundi au vendredi. Fermés le jeudi matin et à partir de 16h30 le vendredi.

Ambulance : du lundi au samedi, de 20h à 8h et dimanche/jour férié, faire le 15.

Maison de l'emploi/France services : 8h30-12h/13h30-17h30 (16h30 le vendredi) ☎ 02.98.21.13.14 ou accueil@maison-emploi-lesneven.fr.

Déchetterie de Lesneven : ouverte du Lundi au samedi 9h-12h ; 14h-17h45 (fermeture à 11h les 1^{ers} jeudis de chaque mois).

Maison de l'enfance :

Crèche/Multi-accueil ☎ 02.98.83.66.50.

Centre de Loisirs/Garderie périscolaire ☎

02.98.83.69.33 ou ploudaniel@epal.asso.fr

Relais Enfants Parents Assistantes

Maternelles : repamdeslegendes@gmail.com ou 06.47.82.78.48.

Cinéma Even Lesneven : Site : Allocine Cinéma Even/ Facebook : @CinemaEvenLesneven/ Instagram : @cinema.even.lesneven

Marché bio : Le samedi matin de 9h45 à 13h00

Food truck pizza La p'tite vadrouille : Tous les vendredis, samedis et dimanches, place de la mairie de 16h30 à 21h30 réservation possible au 06 30 17 68 92

Cours de couture : lundi de 14h à 16h00 et jeudi de 18h30 à 20h30 à la salle polyvalente Toul an Dour Trégarantec (petite salle)



Emplacement du défibrillateur : façade salle polyvalente à Toul an dour

VIE MUNICIPALE / BUHEZ AN TI KER

FETE COMMUNALE

Samedi 30 août, la commune de Trégarantec a célébré sa fête annuelle, et ce, malgré une météo capricieuse. Pluie et vent n'ont pas empêché l'événement de se dérouler comme prévu, grâce à l'adaptation de la municipalité. Les structures gonflables ont été installées à l'abri dans la salle communale l'après-midi, tandis que le tournoi de pétanque et l'initiation au tir à l'arc, proposée par les *Archers de la Côte des Légendes*, se sont tenus en extérieur sous des averses intermittentes.

En soirée, les animations pour enfants ont cédé la place à un moment festif pour tous : restauration, concerts de **Boule Quies** et **The Handsome Kids**, puis une ambiance dansante animée par **DJ Sam**.

Plus de 250 personnes ont participé à cette journée conviviale. La sénatrice **Nadège Havet** a également fait le déplacement pour saluer les organisateurs et les habitants.

La municipalité dresse un bilan positif et envisage déjà une troisième édition l'an prochain, programmée, comme à l'accoutumée, le dernier week-end d'août, juste avant la rentrée des classes.





COURS DE COUTURE

Les cours de couture animés par Joelle FERREC, dans la salle polyvalente, redémarrent en ce début de mois de septembre !

Il reste des places pour les cours du lundi après-midi de 14h00 à 16h00 et du jeudi soir de 18h30 à 20h30, n'hésitez pas à vous inscrire par mail à trega.anim@gmail.com

Les participants sont invités à apporter leur machine à coudre et leur matériel de couture.

Renseignements auprès de : Magali CORRE contact : 06 60 53 70 73



La cotisation annuelle s'élève à 60 euros avec la possibilité de régler par chèque ou par virement bancaire.

Les sommes perçues sont intégralement reversées à l'association « Les Roses Finistériennes » afin de les soutenir dans leurs actions qui viennent en aide aux personnes atteintes de cancer et à leurs proches.

JOURNÉE DU PATRIMOINE – SAMEDI 20 SEPTEMBRE 2025



À l'occasion de la Journée du Patrimoine, le **samedi 20 septembre, de 10h à 12h**, la commune de Trégarantec vous invite à participer à une montée du clocher de l'église Saint-Théarnec.

Gravissez 46 marches pour admirer une vue imprenable sur le bourg et ses alentours.

Pensez à apporter votre casque de vélo et des gants de protection pour plus de sécurité.



Pour l'occasion, l'église sera également ouverte à la visite.

Envie d'apprendre le numérique ?

Tout se dématérialise, mettez vous à la page !

N'attendez plus, prenez rendez-vous gratuitement dans votre commune !



Tablette tactile Smartphone Ordinateur

**Plusieurs thématiques peuvent être abordées.
Prévoyez vos équipements ! (RDV D'UNE HEURE)**

**Date et lieu : les mardis 02 et 16 septembre
14 et 28 octobre de 09h à 12h
à la mairie de Trégarantec**

**Inscrivez vous auprès de l'accueil de la Maison de
l'Emploi/France services au téléphone (02.98.21.13.14)
ou auprès de Dylan KERDILES (07.49.15.46.92)**



COMMUNAUTE LESNEVEN COTE DES LEGENDES

Semaine de la parentalité : Comment assurer un usage sain du numérique ? La Communauté Lesneven Côte des Légendes, via son réseau parentalité, organise diverses actions pour sensibiliser les parents, enfants et adolescents aux pratiques numériques notamment l'usage des écrans. Gratuit. Tout public. Programme complet sur semaine-de-la-parentalité

Réservez votre vélo électrique avec V-Légendes

Location de vélo à assistance électrique et stationnements sécurisés. Vélo électrique : 75 €/3 mois, Vélo cargo : 50 €/1 mois, 125 €/3 mois. Stationnement sécurisé : 20 €/3 mois ; 30 €/6 mois ; 40 €/1 an. Rendez-vous sur v-légendes pour réserver.



♦ **CLCL/SCOT DU PAYS DE BREST - Enquête publique** - Le schéma de cohérence territoriale (SCoT) du Pays de Brest est un document d'urbanisme qui oriente l'aménagement et le développement de notre territoire pour 20 ans.

Un nouveau document est proposé pour la période 2026-2046. Découvrez les futures règles d'aménagement du territoire et faites connaître votre avis lors de l'enquête publique qui se déroulera du 9/09 (14h) au 13/10/2025 (17h). L'ensemble des documents seront consultables à ces dates sur [registre-dématérialisé](#), aux sièges des intercommunalités de Brest métropole, ainsi qu'au Pôle métropolitain du Pays de Brest, à leurs jours et horaires habituels d'ouverture.

Des permanences seront assurées par la commission d'enquête : **JEU 11/09 (14h>17h) et LUN 22/09 (9h>12h) à la CLCL.**

Participez à l'automne Zéro carbone !



Pour participer, 2 possibilités :

1. **Inscrivez vous individuellement** à un ou plusieurs ateliers (inscriptions sur www.energence.bzh (rubrique Agenda) à compter du 10 juillet)

2. **Formez une équipe *** entre collègues, voisins ou amis, et relevez ensemble le défi **Zéro Carbone** autour des enjeux climatiques. C'est l'occasion de s'amuser tout en agissant pour la planète ! Constituez une équipe de 5 à 12 personnes.

Les 5 premières équipes seront récompensées. De nombreux lots à gagner ** !

Inscription au défi ouverte sur le site d'Ener'gence, lien : L'Automne Zéro Carbone - Ener'gence

Evènement gratuit, accessible à toutes les personnes habitant ou travaillant sur le territoire

** : si vous n'avez pas encore une équipe de 5 personnes, pas de souci, inscrivez-vous quand même et vous pourrez trouver des co-équipiers à la soirée de lancement*

*** : lots offerts par des partenaires locaux : des séjours ou pauses gourmandes, des sorties nature, ludiques, culturelles ou sportives, notamment au gîte de Meneham, à La Butte, à l'Hôtel de la Mer, au cinéma Even, à l'Arvorik, aux P'tites Fabriques, chez Rêves de Mer, ou encore avec Aventures des Légendes ou l'association Langazel, bon d'achat à Stal Vrac et*

lots offerts par certaines communes et la CLCL (location vélo électrique, composteur, etc).

Pour ceux qui partent sur le défi : comment ça marche ?

- . Un seul engagement : participer à au moins un atelier
- . Ensuite, chaque équipe choisit son rythme et tente de relever le maximum de défis qui lui sont proposés (6 défis au total) au long de l'automne
- . Preuve de la réalisation de chaque défi sur simple photo transmise sur un groupe Whatsapp ou Signal
- . et bien sûr Plus vous relevez de défis, plus vous augmentez vos chances de gagner ! De quoi réveiller votre esprit de compétition pour une cause essentielle à notre avenir !

VIE PAROISSIALE - Buhez ar barrez

Pardon du Folgoët : Sam 6 – Dim 7 septembre 2025

Samedi 6 :

14h départ des marches, 18h messe en breton (Basilique),

19h15 : repas tiré du sac, 20h15 théâtre Santigou (accueil Notre-Dame)

21h30 procession aux flambeaux (Messe animée par les jeunes), 23h00 veillée et Adoration nocturne.

Dimanche 7 :

7h30 Laudes,

8h30 messe,

10h30 Grand-Messe,

12h : Repas tiré du sac, 14h Chapelet (Basilique),

15h Procession suivie des Vêpres, Salut du Saint-Sacrement.

Messe solennelle lundi 8/09 à 11h à la basilique Notre-Dame du Folgoët, suivie du verre de l'amitié. Adoration et confessions de 17h à 18h, Vêpres à 18h10, messe à 18h30.

Messe à la basilique jeu 11/09 à 14h30 suivie d'un goûter

LES AIDANTS

Les aidants sont des personnes qui, au quotidien, accompagnent un proche en situation de dépendance due à l'âge, à une maladie, à un handicap ou à un accident. Ce proche peut être un parent, un enfant, un conjoint, un ami ou un voisin. L'aidant n'est pas un professionnel de santé, mais il assume pourtant un rôle essentiel dans le maintien à domicile, l'accompagnement, les soins ou simplement la présence bienveillante, par amour ou par devoir.

Cet engagement a un coût : fatigue, isolement, difficultés professionnelles, impact psychologique... Les aidants sont les piliers invisibles de notre système de solidarité, mais ils sont aussi vulnérables.

C'est pourquoi notre association a fait le choix de les soutenir.

Nous avons décidé d'agir pour briser leur isolement, leur offrir une écoute, un soutien concret et les valoriser. Accompagner les aidants, c'est aussi mieux prendre soin des personnes aidées. C'est reconnaître leur rôle, leur offrir des temps de répit, des espaces de parole, mais aussi faire évoluer les regards et les politiques publiques autour de cette question.

Soutenir les aidants, c'est défendre des valeurs de solidarité, de reconnaissance et de dignité humaine.

SAINT MEEN : Le Club des 2 Vallées organise son dernier concours annuel de pétanque le samedi 13 septembre à l'espace multifonctions. Concours en 4 parties, doublettes formées (ouvert à tous). Inscriptions sur place à partir de 13h30, 6 € par équipe. Jet du bouchon vers 14h15



L'association Yoga -Ploudaniel propose un cours de 1 h 30 le mercredi de 19 h 15 à 20 h 45, salle Tournesol – espace Kan An Avel. Début des cours le 17 septembre 2025. Envie de faire un essai ? besoin de renseignements ? contacter nous au 07 85 32 29 89 ou via le messenger de notre page facebook !

L'association Familles de la Baie vous propose 9 activités socioculturelles pour cette saison :

- Chorale : une fois par semaine le lundi à 20h15 (Brignogan)
 - Cuisine : une fois par mois le lundi 17h30 ou jeudi 10h (Plouider)
 - Tarot : une fois par semaine le jeudi à partir de 14 heures (Plouider)
 - Qi-Gong : une fois par semaine le lundi 19h ou vendredi 10h (Plouider)
 - Yoga adultes : une fois par semaine le lundi 10h ou mercredi 19h (Plouider)
 - Yoga en duo (parent/enfant) : une fois par mois le samedi à 10 heures (Plouider)
 - Les ateliers de Secali : une fois par mois le mardi à 19 heures (Plouider)
 - Après-midi jeux de société (en partenariat avec Avel Vor) : une fois par semaine le mardi à partir de 14 heures (Plouider)
 - Accompagnement à la scolarité pour les collégiens et lycéens, une fois par mois le mardi à 17h15
- Séances d'essai possibles pour chaque activité.

Pour tous renseignements, n'hésitez pas à contacter notre association au 0695219598 ou par mail à famillesdelabaie@gmail.com

L'association "le verger de Kéroguez" à Lesneven, propose le samedi 6 septembre à 10h, un atelier de démonstration de greffe en écusson sur pommier. Atelier ouvert à tous, gratuit. Vente possible de pommiers greffés. Localisation: le verger est situé, rue du château d'eau (derrière le stade Georges Martin)

Visite du sémaphore de Brignogan Pour les Journées du Patrimoine, venez découvrir l'un des 25 sémaphores qui surveille le littoral Atlantique. Grimpez en haut de sa tour de 15 m surplombant la Côte des Légendes et découvrez le métier de ceux qui y veillent en permanence. Places limitées, sur réservations du 8 au 15 septembre. Plus d'infos : tourisme@cotedeslegendes.fr / 02 29 61 13 60

CHORALE LA MEVENNAISE Reprise des activités le mardi 9 septembre de 9h30 à 11h dans la petite salle de l'espace Jean-Yves Salaün rue de la Mairie à ST MEEN - sous la bienveillante direction de notre coach, Elise_BOLMONT, (répertoire principalement constitué de chansons de variété française)

Ouvert à tous, que vous connaissiez ou non la musique, nous vous accueillerons avec plaisir pour 2 séances d'essai avant de vous engager. Pour tout renseignement, contactez Mireille LACRESSONNIERE au 07.57.08.20.65 ou Josée PICHON au 06.47.29.62.95

Méditation au quotidien

2x/mois dans un groupe bienveillant, apprendre ou approfondir la méditation à son rythme : apports, exercices, méditations, mouvements de qi gong... le jeudi à Plouguerneau. "Un temps pour cultiver la présence, se (re)découvrir, prendre soin de soi, aligner corps-cœur-esprit, ancrer le corps et se déposer, être véritablement soi, accueillir aussi sa vulnérabilité, pour s'aimer, rayonner, se laisser vivre..."

Dojo Lesnevien – Les cours reprennent le 09/09.

Permanence pour inscriptions vend 05/09 de 18h à 20h au Dojo rue de Dixmude. Présence au Tourbillon des associations sam 06/09 de 10h à 16h. Information sur le club et les cours : <https://dojo-lesnevien.kalisport.com> - M. Fraysse 06 78 81 82 89 - judo.lesneven@gmail.com

KARATE-DO Club de LESNEVEN : Inscriptions samedi 6 septembre au « Tourbillon des associations » (salle René Bodénès) à LESNEVEN ou aux heures des cours, salle des arts martiaux de Lesneven, rue Dixmude, (face à la médiathèque).

Heures des cours :

- Enfants 5 – 7 ans : le mercredi de 18h à 18h45;
- Enfants 8 – 13 ans : le mercredi de 18h30 à 19h30 et le samedi de 17h à 18h15 ;
- Ados/adultes : le mercredi de 19h30 à 21h et le vendredi de 20h à 21h30 ;
- Seniors (55 – 80 ans) : le lundi de 10h à 12h.

Cours assurés par Bernard PAUGAM, 7^{ème} dan, assisté de 8 professeurs hauts gradés et diplômés.

Reprise des cours à partir du lundi 8 septembre.

L'association Re-Sentir propose un atelier-conférence « les bienfaits de la méditation », animé par un professionnel, permettant d'identifier les bonnes

pratiques, expérimenter, faire le point sur ce qu'indique la recherche scientifique mais aussi les contre-indications et précautions. Une **séance découverte** gratuite, sur inscription (places limitées) : **jeudi 11 sept. de 10h à 12h à Plouguerneau.** Renseignements/Inscriptions : www.re-sentir.fr - 06 75 71 89 36

Qi Gong : séance découverte jeudi 11

sept. À 16h, 17h45 ou 19h, venez (re)découvrir cet art millénaire chinois, accessible à tous, aux mouvements lents au rythme de la respiration. Prévoir simplement une tenue confortable. À l'issue de la séance, possibilité de s'inscrire aux séances hebdomadaires en fonction des places disponibles.

Infos/Inscription sur le site : www.re-sentir.fr



ENEZ ESSAYER !
nous rencontrer, s'inscrire...
Qi Gong & Méditation

Fêtes de Lesneven : du vendredi 12 au dimanche 14 septembre. Feu d'artifice sur l'esplanade de l'Atelier vendredi 12 à 22h45 en fonction des conditions météorologiques (Gare routière temporaire : Jusqu'au lundi 15 inclus, la gare routière est transférée face au lycée Le Cleusmeur)



Fête
foraine de
LESNEVEN

Cours de breton Kentelioù brezhoneg

TI AR
VRO
LEON
PARC DE LA CULTURE BRETONNE

2025-2026

1h30 de cours hebdomadaire à Lesneven
Ti ar Vro Bro-Leon – Parc Kerlaouen
30 cours dans l'année, sauf les vacances scolaires
de septembre à juin :

Niveau 1 : le mardi – 18h30 – 23/09

Niveau 2 : le jeudi – 18h – 18/09

Niveau 3 : le lundi – 18h – 15/09

Niveau 4 : le mardi 18h30 – 17/09

Métiers du Soin & des Services à la Personne



MARDI 30 SEPTEMBRE 2025

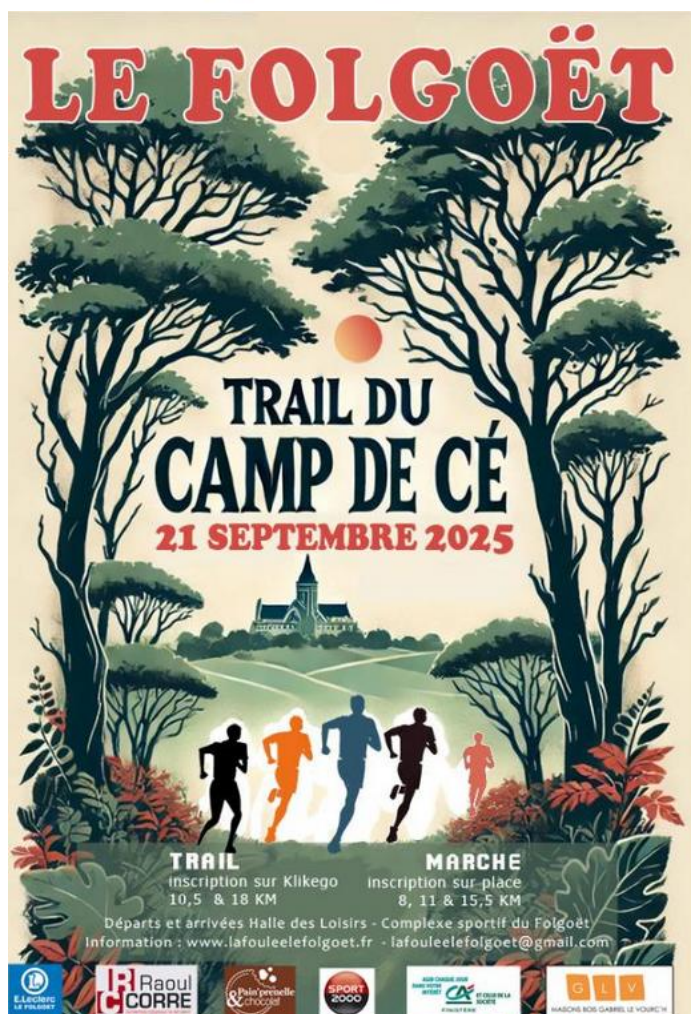
DE 9H30 À 12H00 - L'ATELIER - SALLE F.DILASSER, LESNEVEN

OUVERT À TOUS ! ENTRÉE GRATUITE ! APORTEZ VOTRE CV !

Temps forts sur les métiers :

- Aide à domicile, aide soignant, infirmier, animateur social
- Témoignages • Échanges avec des professionnels
- Formations • Recrutements • Financements

VENEZ ESSAYER LA COMBINAISON
• SIMULATEUR DU VIEILLISSEMENT •



Les bénéfices de ces balades seront reversés à l'association « Une oasis pour la sclérose en plaques », une belle façon de marcher pour une bonne cause.

Les départs seront libres, dès 8h30, depuis la salle communale Ker Digemer du bourg, avec un ravitaillement prévu sur chaque parcours pour refaire le plein d'énergie. Un pot réconfortant sera servi à l'arrivée.

contact : randokerlouan@gmail.com - 06 06 40 41 74

Dernière sortie "découverte des algues" se déroulera le 11 septembre. Durée de la prestation 4h30 : 1h30 sur la grève pour découvrir les principales algues alimentaires et leur potentiel ; 1h30 dans la salle communale pour un apprentissage culinaire et une très belle dégustation ; 1h30 au musée pour découvrir notre très riche faune (coquillages, crustacés, échinodermes....). Coût 15 €. Contact : 06 31 90 07 73

Tourbillon des associations de Lesneven : le 6 septembre au complexe René-Bodénès, de 10 h à 16 h.



Les Amis des Sentiers de Randonnée de Kerlouan (A.S.R.K.) organisent dimanche 7 septembre, leur 15ème édition de randonnées de fin d'été. Deux parcours faciles seront proposés : 6 km ou 11 km, entre campagne et mer.

ADMR
pour tous, toute la vie, partout
LESNEVEN-Océane

RECHERCHE BÉNÉVOLES

Pour une animation
1 fois par mois sur une
commune différente.

installer la salle,
aller chercher les
bénéficiaires chez
eux, servir le
goûter...

Notre mission en plus de s'amuser:
Créer du lien et lutter contre l'isolement des
personnes âgées encore à domicile.
INFOS au 07 85 84 45 35

Petites annonces :

Professeur expérimenté donne cours de guitare pour adolescent et adulte, tous styles, tous niveaux – 1^{er} cours gratuit – déplacement possible Tél 06.48.81.32.60

Vends cuisinière Valberg vitrocéramique, 4 foyers, nettoyage du four catalyse, excellent état, 220 euros Tél 06616715389

Assistante maternelle sur la commune de Trégarantec
dispose d'une place à partir de janvier 2026. Contact au 06.24.73.85.25

Partenaires de la Côte des Légendes : profitez de bons d'achat zéro déchet chez Stal Vrac ! L'office de tourisme propose une offre exclusive à ses partenaires : 10 € de réduction sur une sélection de produits pour débiter ou poursuivre sa démarche zéro déchet.

Rendez-vous directement chez Stal Vrac à Lesneven pour profiter de votre avantage en caisse.

Stal Vrac : 9 rue du Comte Even à Lesneven / stalvrac29@gmail.com

