

Keloù Ploubêr

N°111
SEPTEMBRE
2024

SPÉCIAL ASSOCIATIONS

KEVREDIGEZHIOÙ - N°111 - GWENGOLO 2024



Ploubezre

Le Pass'Sport qu'est-ce que c'est ?



Le Pass'Sport est une aide financière de 50 euros pour favoriser la pratique sportive en direction des jeunes qui en sont le plus éloignés. Son ambition est de répondre à un enjeu de cohésion sociale et d'épanouissement des jeunes.

Il s'agit aussi d'un soutien au **secteur sportif** pour promouvoir la pratique sportive en réduisant le coût de l'inscription.

C'est une aide individuelle, incessible, à usage unique et cumulable avec d'autres dispositifs d'aides existants.

Qui est concerné ?



Cette aide de l'État est destinée aux bénéficiaires suivants :

- Les **jeunes de 6 à 17 ans** révolus bénéficiant de l'allocation de rentrée scolaire (ARS) ;
- Les **jeunes de 6 à 19 ans** révolus bénéficiant de l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH) ;
- Les **jeunes de 16 à 30 ans** bénéficiant de l'allocation aux adultes handicapés (AAH).
- Les **étudiants âgés au plus de vingt-huit ans révolus** qui justifient être bénéficiaires d'une bourse sur critères sociaux de l'enseignement supérieur pour l'année universitaire 2024-2025.

Où l'utiliser ?



Le Pass'Sport peut être utilisé auprès des structures éligibles suivantes :

- **Les associations et structures affiliées aux fédérations sportives agréées** par le ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques ;
- **Les associations agréées JEP ou Sport** exerçant dans les quartiers prioritaires de la politique de la ville (QPV) et/ou soutenues par le programme « Cités éducatives » de l'État.

Le PPBS et l'USP sont partenaires.
Les jeunes remplissant les conditions peuvent bénéficier
d'une aide financière de 50€
Toutes les informations complémentaires sur
<https://sports.gouv.fr/pass-sport/>



Les bénéfices de l'activité physique sur la santé

Les bénéfices pour la santé de l'activité physique sont aujourd'hui bien documentés et ses effets démontrés, quels que soient l'âge et le sexe.

En résumé, les principaux constats sont :

1. L'activité physique et sportive régulière est un déterminant majeur de l'état de santé des individus et des populations à tous les âges de la vie.
2. La pratique des activités physiques et sportives est déterminée par des facteurs individuels, sociaux et environnementaux.
3. La pratique régulière d'une activité physique et sportive, même d'intensité modérée, diminue la mortalité et augmente la qualité de vie.
4. La pratique régulière d'une activité physique, même d'intensité modérée, est un facteur majeur de prévention des principales pathologies chroniques (cancer, maladies cardiovasculaires, diabète....).
5. La pratique régulière d'une activité physique permet d'assurer une croissance harmonieuse chez l'enfant et l'adolescent.
6. La pratique régulière d'une activité physique permet de prévenir l'ostéoporose notamment chez la femme et de maintenir l'autonomie des personnes âgées.
7. La pratique régulière d'une activité physique aide au contrôle du poids corporel chez l'adulte et l'enfant.
8. La pratique régulière d'une activité physique est associée à une amélioration de la santé mentale (anxiété, dépression).
9. La reprise d'une activité physique régulière adaptée est un élément majeur du traitement des principales pathologies chroniques (cardiopathies ischémiques, bronchopathies chroniques obstructives, obésité et diabète de type 2, maladies neurologiques, rhumatismales et dégénératives....).
10. La pratique d'activités physiques permet une amélioration de la qualité et de la quantité de sommeil, ainsi qu'une amélioration de l'éveil diurne.
11. Les risques pour la santé de la pratique d'une activité physique sont minimisés par le respect de précautions élémentaires, un suivi médical adapté et un encadrement compétent.



RENTRÉE ASSOCIATIVE 2024-2025

Après un été riche en évènements sportifs avec, le traditionnel tour de France, l'Euro de foot, les jeux olympiques, qui ont fait vibrer les supporteurs et donné de fortes émotions aux athlètes, avec son lot de gagnants et de perdants, le calme est revenu, après quelques jours de vacances près ou loin de chez soi chacun se prépare à reprendre son travail, son chemin de l'école, ou à la rentrée sportive ou associative.



Comme chaque année, vous trouverez dans ce livret la liste des associations communales et clubs sportifs ainsi que les différentes activités proposées, pour les jeunes et les plus âgés. Vous pourrez aussi les rencontrer le samedi 7 septembre de 9h à 12h au gymnase André PAUGAM. Ce moment privilégié vous permettra de rencontrer les acteurs de la vie associative qui participent au dynamisme de notre commune.

La rentrée, c'est aussi la traditionnelle manifestation Courir pour Curie 34^{ème} édition (La Paugam) du nom de l'ancien Maire, qui rassemble un grand nombre de sportifs dont les cyclos de l'A.C.V.P. et des environs, les randonneurs, les réderiens, la marche nordique et toutes les personnes qui souhaitent participer à cette manifestation contre le cancer.

Cependant, que feraient les associations sans les bénévoles ? Le bénévolat attire de moins en moins de personnes pourtant indispensables dans le fonctionnement des associations. C'est ainsi que cette année, nous avons été privés du repas et du concert lors de la fête de Ploubezre, il en est de même pour d'autres associations obligées de supprimer des activités. Une fois de plus, au nom des associations, je fais appel au bénévolat.

Cette année, nous avons noté une augmentation des joueurs de foot, de boulistes et de basket, le tennis attire aussi de nombreux jeunes en accès libre mais sans création de club et les demandes de locaux sont de plus en plus nombreuses et quelquefois difficiles à satisfaire. À noter également les animations ou expo à la bibliothèque et une bonne fréquentation des touristes à la chapelle de Kerfons.

Comme chaque année la commune apporte un soutien financier aux associations, met à disposition des locaux et entretient les espaces dédiés aux sports pour le bien et la satisfaction de tous.

Souhaitons à tous une bonne rentrée.



Louis Jegou

Adjoint au Maire en charge de la culture
et de la vie associative

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

LE PASS'SPORT	2	Contact Défense Bretagne - Div Yeah	
LES BÉNÉFICES DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE SUR LA SANTÉ	3	Foot en salle - Les Amis de Kerfons	12
ÉDITO	4	La ruche Artistique <i>Théâtre, Les Petits Loupiots, Danse contemporaine</i>	
ASSOCIATIONS	4	<i>Peinture tous supports, Dessin, Vitraux, Pôle Musique, Piano, Guitare, Viole de Gambe, Chorale Polen</i>	13
15th Cavalry History Brittany	5	Lion Basket Trégor - MIN RAN	
Amicale des boulistes - Amicale cyclotouriste et vététiste - Amicale Laïque	6	Rederien Plouber	14
ASELP	6	Relais Petite Enfance - Yoga pour tous	15
<i>Anglais, Cuisine diététique, Breton, Couture</i>	7	UNC - INFOS AUX ASSOCIATIONS	16
<i>Dessin, Gym douce, Pilates, Gym Tonic, Informatique, Qi Gong, Sophrologie, Tennis de table, Tricot, Reliure, Rando, Genets d'or, Scrabble, Yoga</i>	7	US Ploubezre	17
ASP 22	8	PERMANENCE DES ÉLUS - MAIRIE	18
<i>Volley ball, Eveil sportif, Badminton, Fitness, Marche sportive/nordique</i>	9	INFOS PRATIQUES	19
Bibliothèque - Cécile Espoir	10	LA ANDRÉ PAUGAM 2024	
Comité de jumelage	11	COURIR POUR LA VIE COURIR POUR CURIE	

15th Cavalry History Brittany //////////////

QUI CONTACTER ?

Eric BOËTE : 06 60 46 64 75
boete.eric@orange.fr
10 rue Yves le CUDENNEC
22300 Ploubezre

BUREAU

Président : Eric BOËTE
Vice-Président : Erwan JEZEQUEL
Secrétaire : Gwennaëlle JEZEQUEL
Trésorier : Pierre LE SOUDER
Administrateur, Porte Drapeau : Axel DELHOMME
Administrateur, responsable Normandie : Eric MILANDRE
Administrateur Fondateur/Membre permanent de droit : Cyril DELHOMME

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Participation aux cérémonies commémoratives en Bretagne et en Normandie.

L'association est ouverte à tous ceux qui sont passionnés et intéressés par cette période de notre Histoire, les jeunes passionnés ou qui ont envie de découvrir la reconstitution Historique seront les bienvenus également.

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

QUI CONTACTER ?

Dylan L'HERVÉ : 07 86 04 10 04

BUREAU

Président : Dylan L'HERVÉ
dylan.lherve@gmail.com
Vice-Président : Thomas BENECH
Secrétaire : Alain DANIEL
02 96 37 62 30
Adjointe : Fabienne L'HERVÉ
Trésorière : Fabienne L'HERVÉ
Adjoint : Vincent JOSSE
06 13 69 13 99
Nombre d'adhérents : 50

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Lieux : boulo-drome, rue du stade, les allées de Buhulien. Les concours ont lieu du mois d'avril au mois d'août.

Amicale Laïque //////////////

QUI CONTACTER ?

amicalelaïque.ploubezre@gmail.com
facebook : <https://www.facebook.com/groups/amicalelaïqueploubezre/>

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



Amicale Cyclotouriste et Vététiste de Ploubezre //////////////

QUI CONTACTER ?

David BLANCHARD : 06 83 46 12 09

BUREAU

Président : David BLANCHARD
Trésorier : Dominique GUINEL
06 04 19 26 58
Secrétaire : Michel HERNOT
06 02 24 97 78
Responsable VTT : Loïc le ROUX

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Sorties tous les dimanches matin en groupes de différents niveaux ou chacun choisit son groupe en fonction de sa forme et de sa motivation. Les horaires et distances varient en fonction de la saison. Sorties tous les mercredis à 9 heures pour des parcours plus courts moins rapides. Les sorties VTT se déroulent le dimanche matin. En début d'année un calendrier avec toutes les sorties de l'année « Cyclos et VTT » est mis à la disposition de chaque adhérent avec les distances et heures de départ. Les départs se font sur le parking de la mairie.

ASELP Association sports et loisirs de Ploubezre //////////////

QUI CONTACTER ?

Site internet aselp.fr : Cliquez sur l'onglet « Contacter l'ASELP » ou president@aselp.fr

BUREAU

Président : Eric LAURENT ; Vice-présidente : Monique RANNOU ; Secrétaire : Patrice FRILAY ; Trésorier : Gérard CHEVALIER ; Adjointe : Françoise RUVOËN

INFORMATIONS DIVERSES

L'ASELP vous propose de nombreuses activités sportives et de loisirs au sein de ses 17 sections à des tarifs très abordables. Si vous souhaitez pratiquer une de nos activités, n'hésitez pas à vous renseigner, il reste des places disponibles dans plusieurs sections pour cette rentrée.

ASELP - Anglais

QUI CONTACTER ?

Clara CRONIN : 02 96 47 17 86
06 34 16 65 48 - anglais@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Mercredi de 9h15 à 10h45 et de 10h45 à 12h15 Lieu : Salle Marie Curie

ASELP - Cuisine diététique

QUI CONTACTER ?

02 96 35 32 49 - cuisine@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Les ateliers cuisine ont lieu un mardi par mois de 9h30 à 13h30 au Carec et sont assurés par Laurent BRICHET, diététicien. Le repas complet est pris sur place, pour le prix de 15 €. L'adhésion est de 12 € l'année.

ASELP - Breton Brezhoneg Ar Vro

QUI CONTACTER ?

Daniel GIRAUDON - daniel.giraudon@bzh.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Kentelioù brezhoneg e Ploubêr (ASELP)
Tremen a ra buan an amzer. Tri bloaz zo oa bet lañset ar c'hentelioù brezhoneg e Ploubêr gant ar gevredigezh ASELP hag an Ti-Kêr. Derc'hel a ra ar c'hentelioù-se da vont ingal, diwich ar miz kement ha derc'hel ar c'hiz. Abaoe miz Gwengolo diweañ, int bet heuliet gant un ugent bennak a studierien, tomm o c'halonoù deus yezh ar vro, an hini vez komzet gant Tregeriz.

Ewit ar gentel diweañ, d'ar Gwener 21 a viz Ewen, oa bet aozet un ostaliri spagnol, kement hag echuiñ ar bloawezh skol war don ar c'hrapouezh gwinizh, digaset pehini e damm kass-krouet gantañ. Pedet oa bet da gemer perzh en abadenn-se div vrezhonegerez a vihanik, Tinaig Perche hag Annick Audigou, brezhoneg yac'h gante, ken brav da glewet gant ar re zo o tiskañ. Prest eo toud ar studierien da adkemer gant plijadur hent Sal Curie da vloaz ewit mont pelloc'h c'hoazh. Ken d'ar miz Gwengolo !

Daniel Giraudon



ASELP - Couture

QUI CONTACTER ?

Mauricette JAOÛEN
couture@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Marie Thérèse Jacob avec Ernestine LAMOUR et Sylviane BAUDONT
Mardi de 14h à 17h
Lieu : Club-house André PAUGAM

INFORMATIONS DIVERSES

Niveau de pratique : débutante et confirmée.

ASELP- Dessin

QUI CONTACTER ?

Jacqueline DENIS : 02 96 48 82 08
dessin@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Jacqueline Denis ; 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 d'une peinture, avec pour sujet un environnement réel et pittoresque.

ASELP - Gym douce

QUI CONTACTER ?

Nicole LECOQ : mesanges@wanadoo.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Peggy LE GUYADER
Lundi de 14h30 à 15h30
Lieu : Salle de danse André PAUGAM

Animatrice : Hélène GUEZENNEC
Vendredi de 14h30 à 15h20
Lieu : Salle de danse André PAUGAM

ASELP - Pilates

QUI CONTACTER ?

Christine LAËRON
couverturelaeron@gmail.com

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Peggy LE GUYADER
Le Pilates est une méthode de gym visant un travail sur les muscles profonds, sur l'équilibre, l'amélioration de la posture et la respiration sur une musique douce. Le matériel utilisé : le gros et le petit ballon, le ring, l'élastiband et le foam roller.

Lundi de 13h30 à 14h30
Jeudi de 18h15 à 19h15
Vendredi de 13h30 à 14h30

Possibilité de venir tester 2 cours sans engagement.

Lieu : Salle de danse André PAUGAM

ASELP - Gym Tonic

QUI CONTACTER ?

gymnastique.tonic@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Renforcement musculaire global, cardio, abdos, étirements.

Jeudi de 19h30 à 20h30
Lieu : Salle de danse André PAUGAM

ASELP - Informatique

QUI CONTACTER ?

Yvon LE QUÉRÉ
informatique@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Mercredi de 18h à 20h
Jeudi de 10h à 12h
Lieu : Salle Marie Curie

ASELP-QI Gong

QUI CONTACTER ?

contact@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Animatrice : Anne MEYER
Jeudi de 18h00 à 19h00
Lieu : Salle du CAREC

ASELP - Sophrologie

QUI CONTACTER ?

Monique RANNOU : sophrologie@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Lundi de 17h30 à 18h30
Lieu : Salle Marie Curie

ASELP - Tennis de Table Loisir

QUI CONTACTER ?

Patrice FRILAY : 02 96 46 56 11
pingpong@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Lundi de 17h30 à 19h15
Lieu : Gymnase André PAUGAM

ASELP- Tricot

QUI CONTACTER ?

Aline FAURE : 02 96 48 14 08
mail : tricot@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Jeudi de 14h à 17h
Lieu : Club-house 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 - Reliure

QUI CONTACTER ?

Jean François ISAAC :
02 96 37 07 93
reliure@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Mercredi de 10h à 12h
Lieu : Longère du CAREC

ASELP - Rando Ploubezre

QUI CONTACTER ?

Monique RANNOU : 06 50 55 37 10
randonnees@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Jeudi à 13h30
Lieu : défini sur planning

ASELP - Club de Genets d'Or

QUI CONTACTER ?

Sylviane BAUDONT : 02 96 37 94 17
genetsdor@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Mercredi de 14h à 17h30
Lieu : Salle Marie Curie

ASELP - Scrabble

QUI CONTACTER ?

Monique RANNOU : 06 50 55 37 10
scrabble@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Lundi de 14h à 17h
Lieu : Club-house André PAUGAM



ASELP - Yoga

QUI CONTACTER ?

Célia LE BIHAN : 06 75 99 08 51
yoga@aselp.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Lundi de 18h15 à 19h30
Animatrice : Tyfenn NÉDÉLLEC
Jeudi de 16h30 à 18h15
Animatrice : Agnès TANGUY
Vendredi 19h30 à 21h00
Animatrice : Célia LE BIHAN
Lieu : Salle de danse André PAUGAM
Lundi de 14h30 à 16h00
Animatrice : Agnès TANGUY
Lieu : Salle du CAREC

INFORMATIONS DIVERSES

Inscription sur place, certificat médical exigé.

ASP22 //////////////

QUI CONTACTER ?

Président :
Eric DENIEL : 06 41 66 60 94
blog.asp22@gmail.com
Trésorière: Agnès LE GORJU
06 33 63 03 30
Facebook : Asp vingtdeux

Volley-Ball

QUI CONTACTER ?

Eric DENIEL :
06 41 66 60 94

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Niveau pratiqué :
tous niveaux
Lundi à partir de 19h30
Inscription : forum des associations ou sur place.
Tarifs : 30€
Nombre d'adhérents : 25
Lieu : Gymnase André PAUGAM



Eveil sportif

QUI CONTACTER ?

Eric DENIEL :
06 41 66 60 94

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Activités : gym, ballons, lutte, sauts, courses, jeux, ...
Samedi de 10h à 11h (toute petite, petite et moyenne section)
Samedi de 11h à 12h (grande section et CP) (séances de 45mn)
Inscription : forum des associations ou sur place.
Tarifs : 70€
Nombre d'adhérents : 60
Lieu : Gymnase André PAUGAM



Badminton

QUI CONTACTER ?

Kristell MARIE : 06 84 78 41 20
bad.ploubezre@gmail.com

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Mardi à partir de 19h
Dimanche de 10h à 12h
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€
Lieu : Gymnase André PAUGAM



Fitness

QUI CONTACTER ?

Agnès LE GORJU :
06 33 63 03 30

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Fitness dance, Fitness, renforcement, abdos/fessiers, body-barres, body-sculpt, ...
Heures de cours réparties sur la semaine.
Inscription : forum des associations ou sur place.
Nombre d'adhérents : 120
Lieux : Salle du CAREC (lundi et mercredi)
Salle de danse André PAUGAM (mardi)



Marche Sportive / Nordique

QUI CONTACTER ?

Sabrina LE FESSON : 06 76 71 53 89

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Niveau pratiqué : tous niveaux
Jeudi 18h30 - 20h30
Dimanche 9h00 - 11h00
Inscription : Forum des associations ou sur place.
Tarifs : 30€
Nombre d'adhérents : 40
Lieu : défini sur planning



Bibliothèque Marianne Le DRUILLENEC

QUI CONTACTER ?

Delphine MAYEUX : 02 96 47 16 74

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

La Bibliothèque se situe au CAREC au 1^{er} étage par l'escalier ou par l'ascenseur (mis en place pour les personnes à mobilité réduite).

Lundi de 9h00 à 12h00

Mercredi de 10h00 à 12h00

Jeudi de 9h00 à 11h00

Vendredi de 15h30 à 18h30

Samedi de 10h00 à 12h00

Pendant les vacances scolaires : ouvert uniquement : Mercredi de 10h00 à 12h00

Vous trouverez le contenu de notre catalogue sur le site internet : <http://ploubezre-pom.c3rb.org/> Nous mettons à votre disposition une boîte à Livres sur la place de la mairie. L'adhésion est gratuite pour une année renouvelable. Nous avons régulièrement des nouveautés, des revues et des livres audio. Nous sommes à la recherche de bénévoles pour que perdure l'activité en 2025, n'hésitez pas à nous contacter.

Cécile Espoir

QUI CONTACTER ?

Annick AUDIGOU : 02 96 47 10 09
annick.audigou@orange.fr

BUREAU

Siège social : Convent Du Ploubezre

Présidente : Annick AUDIGOU

Trésorier : Marie-Françoise LOZAHIC

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 concernées.

Comité de jumelage

LANNION-CAERPHILLY PLOUBEZRE-LLANBRADACH

//////////

QUI CONTACTER ?

BODÉRÉ Elizabeth : 06 67 40 25 45
lannion-caerphilly.jumelage@laposte.fr

BUREAU

Présidente : Elizabeth BODÉRÉ

Vice-président : Alain RAHYER

Vice-présidente : Anaïg RIOU

Secrétaire : Jean-Marie RENON

Adjoint : Jean-Jacques MONNIER

Trésorier : Alain FLAGEUL

Adjointe : Pascale RAOUL

Adjointe : Claire FLAGEUL

Le comité de jumelage contribue à tisser des liens entre les deux villes grâce à des échanges entre familles et à promouvoir la culture du Pays de Galles en Bretagne. Nous organisons des séances de découverte du Pays de Galles dans les écoles, collèges et lycées du secteur. Nous aidons et soutenons les échanges entre les associations bretonnes et galloises...



Contact Défense Bretagne

QUI CONTACTER ?

Anthony : 06 27 69 46 26
smabretagne@laposte.net

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Lundi : 19h45 à 23h00
Lieu : Salle de danse André PAUGAM
Cours de self-défense et de sports de contact (à partir de 15 ans)
Cours découverte et perfectionnement.



Div Yezh Ploubezre

BUREAU

Présidente : Maryline PAILLER
06 60 31 96 61
Trésorière : Maï RAOUL
Secrétaire : Marion OUEDRAOGO
divyezhplobouer@gmail.com

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



Foot en salle

QUI CONTACTER ?

Président : Antony SCHELTENS
06 60 72 84 41
Trésorier : Marc LE NAOUR
02 96 14 09 75
Secrétaire : Frédéric GRESSUS
06 80 00 68 01
tonyskyfr@gmail.com

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Mercredi de 20h30 à 22h30
Lieu : Gymnase André PAUGAM

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 €.

Les amis de Kerfons Mignoned Kerfaoues



QUI CONTACTER ?

Raoul LE CHENADEC :
06 88 37 59 90
raoulstlechenadec@gmail.com



BUREAU

Président : Raoul LE CHENADEC
Vice-président : Jean-Yves LE MOING
Secrétaire : Eric ROBIN
Adjointe : Françoise ALLAIN
Trésorier : Jean-François GOAZIOU
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 : 270
Nombre d'activités : 10
Site : www.association-la-ruche-artistique-ploubezre.com

QUI CONTACTER ?

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

Théâtre

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

Les Petits Loupiots

Section proposée par les assistantes maternelles de la commune.
Mardi matin : temps de motricité
Jeudi matin : activités manuelles
Lieu : Club-house André PAUGAM



Danse Contemporaine

Animatrice : Magali BLANC
Mercredi après midi : enfants de 4 à 14 ans
Mercredi soir : adultes
Lieu : Salle de danse André PAUGAM

Peinture sur tous supports

Animatrice : Marie COTONEA
Adultes : Mercredi, jeudi et vendredi
Lieu : Club-house André PAUGAM

Dessin, Peinture, Acrylique, Pastel, Aquarelle

Animatrice : Sonia PENE
Enfants: lundi et mardi 18h00
Lieu : Club-house André PAUGAM

Vitraux, Fusing et patrimoine

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

Pôle Musique

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

Piano

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

Guitare

Cours individuel enfants et adultes ; Cours individuels et collectifs enfants et adultes.
Animateur : Thierry MORISSEAU
du lundi au vendredi
Animateur : Gabriel NOGUE
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

Adultes : Mercredi de 19h15 à 21h
Lieu : Club-house André PAUGAM





Lions Basket Trégor



QUI CONTACTER ?

Steve : 06 64 31 39 29
ppbc77@yahoo.com

BUREAU

Présidente : Marie COURBET
Secrétaire : Sophie BROC
Trésorier : Yves GALLEN

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Cette saison, au PPBC, 6 équipes de jeunes ont évolué en championnat et participé à des tournois.

Le club continue à se développer avec son école de mini-basket et sa section Loisirs qui est ouverte aux jeunes ne souhaitant pas faire de la compétition.

MIN RAN

QUI CONTACTER ?

Président: Jean-Yves LE MOING
jean-yves.lemoing@orange.fr
Bernard et Josette LOZAHIC
henry.lozahic-josette@wanadoo.fr

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Broderie bretonne Vendredi avec Annick MICHEL.

Lieu : Club-house André PAUGAM

Rederien Plouber



QUI CONTACTER ?

Pierre MAINGUY
06 10 89 29 75

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Dimanche à 9h30

Jeudi à 18h20

Découvrir Ploubezre mais aussi les environs plus lointains afin de diversifier les parcours. Tous les niveaux sont acceptés. Nous vous encourageons à venir faire une ou plusieurs sorties avec nous afin de vous décider. Alors n'hésitez pas à chausser vos baskets et rejoignez-nous.



Relais petite enfance

//////////

QUI CONTACTER ?

Kristell MARIE : 06 77 38 49 67
rpe.lannion@lannion-tregor.com

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Un lieu pour les parents, les enfants, les assistants maternels et les gardes à domicile.

Le relais parents-assistants maternels (RPAM) change de nom et devient RELAIS PETITE ENFANCE. Les missions restent identiques, nous sommes toujours un espace d'accueil gratuit, destiné aux jeunes enfants et aux adultes qui les accompagnent.

PARENTS ET FUTURS PARENTS :

L'animatrice vous accueille et vous accompagne dans la recherche d'un mode d'accueil pour votre enfant. Par la suite, le service vous accompagne dans votre rôle d'employeur d'assistant maternel ou de garde à domicile (démarches d'embauche, contrat, calcul des congés payés, aides financières...).

LES ESPACES-JEU :

Le service propose des espaces jeu en itinérance sur les communes de votre secteur pour les enfants de moins de 3 ans. Un planning est à votre disposition en mairie ou sur le site de *lannion-tregor.com*. Sur Ploubezre, ces matinées ont lieu les mardis matin des semaines paires. L'animatrice vous propose des temps d'éveil et de jeu, des ateliers sur inscriptions (musique, relaxation, médiation animale...) et des sorties ou spectacles en fin d'année.

Yoga pour Tous en Trégor et Goëlo

//////////

QUI CONTACTER ?

Élisabeth ROUSSARIE : 06 87 03 67 24
yoga.pour.tous22@gmail.com

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Lundi de 16h15 à 17h45, animée par Odile BONARD (*diplômée et affiliée à la FNEY, Fédération nationale des enseignants de Yoga*)

Lieu : Salle de danse André PAUGAM

Mardi de 18h00 à 19h30, animée par Elisabeth ROUSSARIE (*diplômée et affiliée à la FNEY*)

Lieu : Salle du CAREC



QUI CONTACTER ?

Site Facebook : U.N.C PLOUBEZRE
 mintoull22@laposte.net

BUREAU

Président : Hubert GARRIC 06 22 53 54 01
 Vice-président : Gilles TROUILLON
 06 86 45 54 39
 Trésorier : Jean-Yves MENOUE 06 08 73 33 11
 Secrétaire : Serge SHENCK 06 86 45 92 91

QUI RASSEMBLONS-NOUS ?

Créée en Novembre 1918, reconnue d'utilité publique l'UNC regroupe : 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. Ainsi que toutes autres personnes (membres associés) se retrouvant autour des valeurs de l'UNC.

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. Perpétuer le souvenir des « Morts pour la France »

- 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).



- Apporter une aide morale, financière, suivi des veuves et orphelins de guerre et veuves d'anciens combattants.

- Aide à la reconversion. Conseils pour la constitution de dossiers - etc Intervient et agit localement mais aussi dans et hors du département des Côtes d'Armor.

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).

Barnum mis à disposition des associations de Ploubezre avec une caution de 1500€

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

Salle Curie (Tarif année 2024) :

- Réunion, Assemblée générale : gratuit

Salle du CAREC (Tarifs année 2024) :

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

- Bal, fest deiz, thé dansant et séances récréatives (loto, tournoi ...) : 206 €

- Repas d'association : 277 €

- Exposition (avec vente) : 353 €

- Exposition (sans vente) : gratuit

- Chauffage : facturé 62 € 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.

U.S Ploubezre //////////////

ASSOCIATION FONDÉE EN 1970 : PRATIQUE DU FOOTBALL

L'Union Sportive PLOUBEZRIENNE a été fondée en 1970. Elle permet, à l'ensemble de 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 infrastructures municipales).

QUI CONTACTER ?

Marcel CORBEL : 06 12 75 29 75
51 Kernevez. St-Michel-en-Grève
marcelcorbel22300@gmail.com

BUREAU

Président :
Marcel CORBEL : 06 12 75 29 75
Trésorière :
Roselyne DANIEL : 06 85 27 34 99
Secrétaire :
Marie Françoise CORBEL : 06 19 92 20 15

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Lieux : Stade Alexis LAMOUR et Gymnase
André PAUGAM (suivant les conditions
climatiques) Mercredi et Vendredi à 19h30
- Entraîneur Sénior / U18 : William LE BIHAN:
06 80 89 19 73
Thibaut LE FLEM : 06 38 43 99 69
- Correspondant U17 / U16 / U15: Erwann
LE BERRE : 06 07 16 10 55

- Correspondant U14 à U17 (Groupement
des jeunes du Léguer):
Mickaël FOMEL: 06 70 10 38 85
- Correspondant U16 à U 13
Benjamin COUAPEL : 06 68 16 14 06
Effectifs : 180 licenciés

NIVEAU DE PRATIQUE DU FOOTBALL

- Séniors : Equipe 1 en district D2
Equipe 2 en district D3
- Jeunes : U17 et U14 en district (nés entre
2008 et 2011) en groupement avec Servel
(GJ du Léguer)
- Ecole de Foot: U13 à U6 (nés entre 2012
et 2019)

MODALITÉS D'INSCRIPTION

- Demande de licence informatisée
complétée (Visite médicale pas obligatoire
pour les mineurs), 1 photo, 1 photocopie de
la pièce d'identité.
- Cotisation annuelle (de 60 à 90 €) selon la
catégorie d'âge (tarif dégressif si plusieurs
adhérents mineurs dans une même famille).
Paiement en plusieurs mensualités accepté.
- Le club accepte les aides accordées via le
Pass'Sport et les bons CAF.



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



Rodolphe BISS
En charge de la communication.

Mairie

////////////////

HORAIRES D'OUVERTURE

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

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

Site internet : www.ploubezre.fr



Infos pratiques //////////////

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

Magali TALBO, Anita LE BRAS,

Sophie GALLOPEL

Kinésithérapeute : 02 96 47 14 44

Isabelle OLLIVIER

Podologue : 02 96 37 53 76

Nadège BLIGNE-JORET

Ostéopathe D.O. : 06 34 68 26 53

Baptiste POTIER

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

Orthophoniste : 02 90 93 02 02

Flore DAMIENS

46 bis, Rue Paul Salaun

Pharmacie : 02 96 47 15 31

Laurent BERNARD-GRIFFITHS

2 rue Pierre-Yvon Tremel - Parc Izellan

LA POSTE

HORAIRES D'OUVERTURE

Lundi au vendredi : 13h45 à 16h45

HORAIRES DE LEVÉE DU COURRIER

Lundi au Vendredi : 15h45

Samedi : 10h45

DÉCHÈTERIE

DÉCHÈTERIE DE BUHULIEN

9h30 à 12h00 et 13h30 à 18h00

(18h30 en été)

ENCOMBRANTS

Le retrait des encombrants se fait sur inscription

Contacteur LTC: 02 96 05 55 55

La André PAUGAM 2024 //////////////

COURIR POUR LA VIE COURIR POUR CURIE

LUTTE CONTRE LE CANCER

Dimanche 8 septembre 2024

L'Amicale des Cyclos et Vététistes de Ploubezre (ACVP) organise le dimanche 08 Septembre 2024 sa randonnée annuelle baptisée la André Paugam « Courir pour la vie, courir pour Curie ». Cette épreuve se doit d'être, pour tous les participants, un moment de grande convivialité pour aider la recherche contre le cancer.

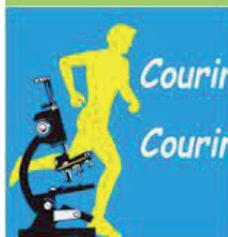
Quatre circuits route de 95, 70, 50 et 30 km et une sortie VTT de 25 et 35 km encadrée par les vététistes du club vous seront proposés, les départs se feront de la salle omnisport André PAUGAM à partir de 8h30.

9h00 : Une sortie marche nordique de 10 km encadrée par l'ASP22

9h30 : footing de 10 km encadré par les Rederians

9h30 : Randonnée pédestre encadré par L'ASELP

L'inscription fixée à 7€ donnera le droit à un casse-croûte et une boisson pour tous les participants, suivi d'un pot offert par la commune.



Courir pour la Vie
Courir pour Curie



Numéros d'urgence

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

Impôts
Lambert | 02 96 46 40 84


Ploubezre

