



PENCRAN

infos

Oct/Nov 2022 - n°212

Édito

Vous l'avez peut-être lu dans la presse, la hausse des factures d'énergie ne concerne pas seulement les particuliers. L'Etat a pris la décision de protéger les citoyens et les petites communes de trop fortes hausses par un bouclier tarifaire. Il n'a pas, pour le moment, prévu de le faire pour les communes de taille pourtant très modeste comme peut l'être Pencran.

Avec une hausse des tarifs du kilowatt/heure de 264 % (en électricité et ce sera au moins autant pour le gaz), c'est près de 150 000 € de plus en dépenses de fonctionnement à prévoir en 2023, c'est-à-dire à peu près l'excédent que nous dégagions. Or ce dernier nous permet de prévoir des investissements et d'avancer le paiement des travaux qui pourraient être subventionnés (mais dont il faut avancer la somme). Parmi ces investissements, il y a ceux qui, justement, doivent nous permettre de diminuer notre consommation d'énergie. Vous l'avez compris, si la situation ne change pas, les investissements seront paralysés.

Plusieurs solutions s'offrent à nous, et aucune, à elle seule, ne pourra suffire. D'abord, nous attendons de l'Etat qu'il protège toutes les communes de ces hausses astronomiques. Je comprends qu'il ne peut sans doute pas bloquer à 15 % l'augmentation pour toutes les communes, mais des paliers (dans le temps, ou par niveau de population, par exemple) peuvent être envisagés.

Ensuite, comme il ne faut pas compter que sur l'Etat, nous devons, nous aussi prendre nos responsabilités et réfléchir à toutes les solutions possibles afin de faire des économies. Des pistes de réflexions sont à l'étude et des réunions de travail vont permettre aux conseillers de prendre des décisions. Nous pouvons envisager de diminuer l'amplitude horaire de l'éclairage public le soir quand

les enfants sont rentrés du collège ou du lycée, de ne plus chauffer la salle des sport, de prévoir un supplément chauffage pour la location de l'Arvest, de négocier avec les associations pencranaises des efforts en éclairage et en chauffage, de moins chauffer les locaux municipaux, etc. Evidemment, cela ne se fera ni au détriment de la sécurité des enfants (éclairage public pour se rendre aux arrêts de car et en revenant), ni au détriment de la santé des enfants et du personnel (température des locaux).

La question des décorations de Noël se pose aussi, même si les ampoules leds ne consomment pas beaucoup. Tout est dans le symbole !

Côté investissements, nous souhaitons réaliser des travaux de voirie communale avant de remplacer l'éclairage public classique par des leds et de réhabiliter l'Arvest. La forte inflation des prix de l'énergie va certainement nous imposer d'inverser nos priorités. Encore faut-il que nous dégagions un excédent de fonctionnement !

Si les investissements lourds ne sont pas d'actualité à cause de notre endettement (dont j'ai déjà expliqué les causes) et des travaux de l'église qui devraient se terminer en 2024, nous pouvons tout de même agir afin de renforcer la sécurité. L'axe Kermaria-Kermalguen étant accidentogène, des aménagements sont en cours d'exécution. Une glissière de sécurité renouée et rallongée, un éclairage public pour que les enfants se rendent à l'arrêt de la rue des Cerisiers, une ligne blanche continue entre Kéroullé et Rosquelen, et des stops aux ronds-points de Kermaria et de Rosquelen afin de casser la vitesse des automobilistes. Ce ne sera peut-être pas suffisant, mais c'est déjà une avancée significative.

Stéphane Hervoir, Maire

Ouverture et contacts de la mairie

Lundi : 8h15/12h15 - 13h30/17h30

Mardi : 8h15/12h15 - 13h30/17h30

Mercredi : 8h15/12h15 - 13h30/17h30

Judi : 8h15/12h15 - fermée au public

Vendredi : 8h15/12h15 - 13h30/16h30

Samedi : 9h/12h (fermée pendant les vacances scolaires)

Tél. 02 98 85 04 42

N° d'astreinte, en cas d'urgence et en dehors des heures d'ouverture de la mairie : 07 56 18 10 61

Courriel : mairie@pencran.fr

Site internet : www.pencran.fr



LA MAIRIE COMMUNIQUE

Etat civil - Urbanisme - Recensement des jeunes - Avis aux nouveaux habitants - Résumé du Conseil Municipal Dispositif Argent de Poche - Modification de la circulation aux ronds-points de Kermaria et Rosquelen - 2e édition du Mois du Documentaire - Matinées citoyennes -

VIE ASSOCIATIVE

Gym Club : nouveaux horaires nouveau bureau - Trail La Pencranaise - La Compagnie des Doudous - Penn ar Bad - La Bonne Altitude - Les Amis de la Colline

ÉCOLE

Présentation classe PS/MS A

Opération Potimarron APE

ENFANCE JEUNESSE

Offre poste animateur(trice)

DIVERS

Fête de quartier rue des Châtaigniers - Café des aidants - Atelier « Activité Physique Adaptée » à l'Hôpital-Camfrout Assistante maternelle place

Permanences des adjoints en mairie

Le Maire et les élus reçoivent sur rendez-vous.

Contactez le 02 98 85 04 42

Permanence du Maire les lundis de 16h30 à 17h30.

Contacts des services enfance jeunesse

Jardin d'Enfants :

Tél : 02 29 05 73 63

Courriel : jardindenfants@pencran.fr

Centre de loisirs et garderie :

Tél : 09 60 54 23 03

Courriel : alsh@pencran.fr

Espace jeunesse :

Tél : 02 98 21 53 94

Courriel : mpaugam@mptlanderneau.org

École Lucien Kerlann :

Tél : 02 98 85 31 94

Courriel : ec.0290933G@ac-rennes.fr

Prochain Pencran Infos

Envoi de vos articles : pour faire paraître une information ou une annonce dans le **Pencran Infos**, faites parvenir votre texte pour le : **06 novembre**

en mairie ou à : pencran-infos@pencran.fr

Rappel : les bulletins municipaux sont disponibles sur le site internet de la mairie.

État civil

NAISSANCES :

- Ethan LEOMENT, 8 rue du Clos des Serres, 17 septembre
- Elio CROGUENNEC, 21 rue des Farfadets, 21 septembre
- Suzanne BERGER, 17 rue des Amaryllis, 27 septembre

DÉCÈS :

- Michel BRENNER, 9 rue Anatole Le Braz, 72 ans
- François GOASCOZ, 2 Lieu-dit Kermaria, 88 ans

Urbanisme

DÉCLARATIONS PRÉALABLES :

- DUCASTEL 11 rue Jacques Cartier, remplacement porte d'entrée+ 1 fenêtre + 2 baies vitrées + édification d'un portail
- CARLIER, 14 rue des Coquelicots, édification d'une clôture + portail
- CAMERON 12 rue Max Jacob, remplacement de la véranda
- LE BOT, 2 Ty Menez, remplacement d'un portail
- PAGE, 21 rue de la Fontaine, Pose d'un portail + clôture
- BRETON, 14 rue des Myosotis, édification d'un muret
- PERON, 2 allée des Peupliers, emplacement de la clôture + portail

PERMIS DE CONSTRUIRE :

- AMAND, 11 rue Glenmor, construction maison individuelle
- LECLERC/JESTIN, 7 rue Glenmor, construction maison individuelle
- LEHEUTRE/KERYER, 3 rue Tal ar Groaz, construction maison individuelle

Avis aux nouveaux habitants

Les nouveaux habitants sont invités à se présenter en mairie munis de leur livret de famille, afin de faciliter les tâches administratives les concernant.

Matinées citoyennes

Notre commune n'utilise plus de produits phytosanitaires depuis de nombreuses années. C'est pourquoi, à l'approche de la Toussaint, la municipalité organise une nouvelle opération désherbage du cimetière.

Des jeunes ont été sollicités dans le cadre du dispositif argent de poche. Deux dates sont prévues :

lundi 24 et mardi 25 octobre de 9h à 12h.

Les Pencranais disponibles seront les bienvenus pour participer à ces matinées citoyennes multigénérationnelles !



Recensement des jeunes

Les jeunes nés en octobre et novembre 2006 doivent venir se faire recenser en mairie à partir du jour de leurs 16 ans et dans les 3 mois. Se munir du livret de famille et de la carte d'identité.

Modification de la circulation des véhicules aux ronds-points de Kermaria et Rosquelen



Vous l'avez sans doute remarqué, des stops ont été installés au niveau des ronds-points de Kermaria et de Rosquelen.

Cette décision répond à une demande récurrente des usagers de cette route afin de limiter la vitesse importante des véhicules.

Mais quelle est la règle de priorité dans ce cas de figure ? La question a été posée à l'Assemblée Nationale et la réponse publiée au Journal Officiel le 10 mai 2011.

Le premier arrivé redémarre. Si deux ou trois automobilistes abordent le rond-point en même temps, c'est la règle de la priorité à droite qui est utilisée. Si quatre automobilistes sont à l'arrêt de concert, on fait attention et on applique la règle de courtoisie.

RÉSUMÉ DU CONSEIL MUNICIPAL DU 28 SEPTEMBRE 2022

ENQUETE PUBLIQUE POUR LA SOCIETE FRONERI

M. le Maire informe l'assemblée qu'une enquête publique a lieu du 19 septembre 2022 au 20 octobre 2022 concernant la demande de la Société FRONERI d'augmenter sa production annuelle et de créer une nouvelle station d'épuration dans son usine située au lieu-dit Kergamet à Plouédern.

APPROBATION DU RAPPORT DE LA CLECT EN MATIERE DE GESTION DES EAUX PLUVIALES URBAINES

Le transfert de la compétence "gestion des eaux pluviales urbaines" a été acté le 27 décembre 2021. Ce transfert implique que la Commission locale d'évaluation des charges transférées (CLECT) évalue les charges habituellement supportées par les communes pour l'exercice de cette compétence. Son rapport a été transmis le 16 septembre aux conseils municipaux.

Pour la commune de PENCRAN, le volume annuel des charges transférées est évalué à : 24 490 € en dépenses de fonctionnement et 61 334 € en dépenses d'investissement.

ADOPTION DU REGLEMENT DU PERSONNEL

Si le règlement intérieur n'est pas officiellement un document obligatoire pour les collectivités territoriales, ce document a néanmoins vocation à organiser la vie et les conditions d'exécution du travail dans la collectivité mais aussi à fixer les mesures d'application de la réglementation en matière de santé et sécurité. Il fixe par exemple les règles relatives à l'organisation du travail, à la formation et au compte personnel d'activité, aux congés et absences diverses, aux comportements professionnels, aux droits et obligations des agents, à la santé et à la sécurité au travail.

Ce règlement sera applicable dès le 1er octobre.

ADHESION A LA MISSION DE MEDIATION AVEC LE CDG 29

Les Centres de gestion sont légitimes pour assurer des médiations dans les domaines relevant de leurs compétences à la demande des collectivités territoriales. La médiation est un dispositif qui a vocation à désengorger les juridictions administratives et à rapprocher les parties dans le cadre d'une procédure amiable.

Le CDG 29 a fixé un tarif forfaitaire de 500 € par médiation, toute heure supplémentaire au-delà de 8 heures sera facturée 75 €.

MANDAT AU CDG 29 POUR L'ENGAGEMENT D'UNE NEGOCIATION DE LA PROTECTION SOCIALE COMPLEMENTAIRE

Le Maire propose au conseil de donner mandat au Président du CDG 29 pour procéder, au nom de la collectivité à une

négociation avec les organisations syndicales représentatives du Comité Technique départemental en vue de la conclusion d'un accord collectif dans le domaine de la Protection Sociale Complémentaire.

CORRESPONDANT INCENDIE ET SECOURS

Un décret du 29 juillet impose aux communes de désigner un élu, correspondant incendie et secours. Cet élu sera l'interlocuteur principal du SDIS dans le cadre de la prévention et de la sensibilisation du conseil municipal et de la population aux risques, à l'organisation des secours et à la sauvegarde des populations. Gérard LE MEUR, est nommé correspondant incendie et secours.

QUESTIONS ET INFORMATIONS DIVERSES

AUGMENTATION DES TARIFS DE L'ENERGIE

Un courrier du SDEF reçu en mairie le 23 septembre dernier annonce une augmentation de 264 % du prix de l'électricité.

Le maire fait part de son inquiétude au sujet de la situation financière de la commune pour 2023 et annonce qu'il faut se préparer à prendre des décisions afin de limiter les dépenses d'énergie.

Une réflexion collective permet de repérer quelques pistes potentielles : augmentation du prix de la cantine, éclairage public réduit de 6h30 à 8 h le matin et de la tombée de la nuit jusqu'à 20 h le soir, réorganisation des entraînements de foot, diminution du chauffage dans les bâtiments communaux, ajouter un forfait chauffage 50 € pour la location de l'Arvest en cas de mise en route du chauffage, etc.

En investissement, les projets prévus pour la fin du mandat risquent d'être impactés et repoussés au profit de ceux qui permettraient de réaliser des économies en dépenses énergétiques. Par exemple : la rénovation énergétique de l'Arvest (isolation, modernisation du chauffage, pose de panneaux photovoltaïques) ou encore le remplacement des ampoules sodium par des leds sur le réseau d'éclairage public.

RESULTAT DE L'ETUDE ORGANISATIONNELLE

Le maire présente le résultat de l'étude aux élus. Une restitution sera présentée aux agents le 11 octobre prochain.

FIBRE

Gérard LE MEUR précise que la fibre est installée dans les bâtiments publics. Un véritable wifi public sera installé fin décembre autour des bâtiments publics de la commune. Il devrait être subventionné à 99 %.

ASSOCIATION REGAIN

François MOREAU présente le programme Regain dont l'objectif, mis en place par Bretagne Vivante est de réaliser des actions concrètes de reconquête de la biodiversité. Il est proposé d'inclure le paysage de la fontaine en site Regain. Une pancarte serait installée sur le site

2^e édition du Mois du Documentaire à Pencran :

Novembre est le mois du documentaire depuis l'an 2000.

Cette manifestation nationale est portée dans le Finistère par Daoulagad Breizh qui travaille à l'année à la promotion de l'audiovisuel breton.

Pour la 2^e année, à Pencran, et dans le prolongement de la campagne Octobre Rose de promotion des dépistages organisés du cancer du sein, la municipalité vous propose la projection d'un film documentaire réalisé par la finistérienne Goulwena an Henaff qui suit le parcours d'Hélène atteinte d'un cancer du sein : 'Dansal dindan ar glav » (Danser sous la pluie) : Une femme sur huit a vécu, vit ou vivra l'épreuve du cancer du sein. Hélène est l'une de ces femmes touchées, blessées par cette maladie. Aujourd'hui en rémission, elle a retrouvé son mé-

tier d'enseignante, son quotidien de mère de famille. Mais derrière les apparences elle n'est plus la même. Elle raconte son histoire et se confie de manière émouvante à Goulwena An Henaff qui propose ici son premier documentaire en tant que réalisatrice.

La projection sera suivie d'une discussion en présence d'Hélène. Venez nombreux à l'Arvest le vendredi 04 novembre 2022 à 20H30!

Entrée gratuite.



23

GOUEL ÉDITION

E PENN-AR-BED | MIZ DU 2022 | 23' GOUEL

le mois
du film
documentaire
mizvezh an
teulfilmoù

D Proposé par Daoulagad Breizh

Dañsal dindan ar glav / Danser sous la pluie

de Goulwena an Henaff (2021 | 52 min | France 3 Bretagne - Bretagne | Vo breton STF)

EN FINISTÈRE | NOVEMBRE 2022 | 23^e ÉDITION

Cette opération nationale est coordonnée par Images et Bibliothèques avec le soutien du Ministère de la Culture et de la Communication et du Centre National du Cinéma et de l'Image Animée. En Bretagne, la coordination régionale - Cinéma, Comptoir du Doc, Daoulagad Breizh et Ty Films - œuvre avec le soutien de la Région Bretagne, de la DRAC de Bretagne, des départements des Côtes d'Armor, de Finistère, d'Ille-et-Vilaine et du Morbihan, et la participation des Bibliothèques départementales du Finistère et du Morbihan. En partenariat avec KùB.

ENFANCE JEUNESSE

OFFRE D'EMPLOI : ANIMATEUR/ANIMATRICE

La commune de Pencran recrute pour son accueil de loisirs un (e) animateur(trice) pour les mercredis des périodes et vacances scolaires. Vous serez chargé de l'animation et de l'encadrement d'un groupe d'enfants sous la direction de la directrice ou du directeur de l'accueil de loisirs.

Vos missions dans la structure :

- Connaissance et application de la réglementation, des règles de sécurité et du protocole sanitaire
- Participer à des réunions de préparation
- Participer à l'élaboration et l'application du projet pédagogique

- Travailler en équipe
- Gérer la vie quotidienne de l'ALSH
- Élaborer et animer des programmes d'activités

Contrat en CDD au SMIC horaire ou en CEE.

Diplômes et qualification : BAFA, équivalent (CAP petite enfance, DEUG STAPS...)

Expérience avec le public 3/6 ans conseillée.

Envoyez votre candidature à M. le Maire Place de la Mairie 29800 PENCAN ou alsh@pencran.fr



Présentation des élèves de la classe de PS/MS A pour l'année scolaire 2022/2023

Rang du fond, en partant de la gauche : Nabila BENAOUZ - enseignante, Louka LE ROY PS, Milan MARQUANT MS, Gabin REVERT/LE BRIS MS, Raphaël CARADEC MS, Pablo PETTON MS,
 Deuxième rangée, en partant de la gauche : Liam MADEC MS, Clara CROGUENNEC MS, Victoria LE GUERN MS, Alyssa GROEN PS, Elina MÉROUR MS, Maddy SALMERON/CAROFF MS,
 Troisième rangée, en partant de la gauche : Mathis ABILIOU PS, Noah CHABOT PS, Alban QUILLENT PS, Leïna ABGRALL PS, Margot GUÉNOLÉ PS, Mallory DUPUIS PS,
 Tout devant, en partant de la gauche : Fanny OMNES PS, Léo LE FLOCH PS, Lila BERVAS PS, Véronique PENGAM - ATSEM
 En médaillon (absents le jour de la photo): Jean-Sébastien BARTIN PS et Sanah BISSA PS



Renouvellement du Bureau de l'APE et opération potimarron

L'AG de l'APE (Association des Parents d'élèves) s'est tenue le vendredi 9 septembre dernier à la salle Sterenn. L'occasion de revenir sur les actions de l'an passé, avec un bureau bien plus étoffé pour relancer les projets de l'école. 2022 a ainsi permis de renouer avec la kermesse pour le grand plaisir des enfants et des parents. Ce fut un succès malgré la météo maussade, avec une belle participation.

Romain Hillion passe le relais de la présidence à Sophie Jezequel et Laura Crenn, qui étaient déjà dans le bureau l'an passé. Le nouveau est bureau est composé de plus d'une douzaine de membres, ce qui permet de bien répartir les charges de travail, le tout dans une bonne humeur ! Il est bien sûr possible de rejoindre le bureau en cours d'année, et l'APE cherche toujours des bénévoles pour donner un coup de main lors des actions ponctuelles !

Pour rappel, les bénéfices des différentes manifestations permettent de financer les sorties scolaires des enfants, les achats de matériel, cadeaux des classes à l'occasion de Noël, etc.

Prochaine opération : **vendredi 21 octobre** prochain, une vente de potimarron sera proposée à la sortie de l'école de 16h30 à 19h00 (2 € le potimarron). La vente est ouverte à tous. Il n'est pas nécessaire de commander en avance.

**A VOS OUTILS
ET VOS
MARMITES !!**

DE SUPERBES POTIMARRONS
VENANT DE
PLOUGAR SERONT EN VENTE
A L'ÉCOLE !
2€PIÈCE (1,5KG, 1,8KG)

VENDREDI 21 OCTOBRE
DE 16H30 A 19H
A LA SALLE HEOL
APE PENCRAN



Association
Pencran
Animation & Festivités
Samedi 03 décembre,
À la salle des sports
venez participer au
Téléthon



KIG ha FARZ
préparé par l'USP
vendredi 11 novembre
Salle ARVEST

Les enfants,
les parents,
les grands-parents



seront les bienvenus
Dimanche 04 décembre
Salle ARVEST au



Calendrier des festivités 2022/2023

OCTOBRE 2022

- 16/10 : Salle des sports - APAF → Trail
- 21/10 : Salle des Sports - APE → opération Potiron
- 25/10 : Salle ARVEST - Les Amis de la Colline → Interclub

NOVEMBRE 2022

- 04/11 : ARVEST - Le mois du documentaire
- 05/11 : ARVEST - MPT - Théâtre
- 11/11 : ARVEST - USP → Kig ha farz
- 26/11 : STERENN - FNACA → AG

DÉCEMBRE 2022

- 03/12 : Salle des sports - APAF → Téléthon
- 04/12 : ARVEST - APE → Marché de Noël

JANVIER 2023

- 28/01 : STERENN - Les Sentiers de Pencran → AG

FÉVRIER 2023

- 05/02 : ARVEST - Pencran Patrimoine → repas crêpes
- 11/02 : ARVEST - APE → Bal masqué

MARS 2023

- 05/03 : ARVEST - Pencran Patrimoine → Kig ha farz
- 11/03 : ARVEST - USP → soirée années 80
- 17/03 : ARGOAT - La Pencranaise → AG
- 18/03 : ARVEST - Rockin Breizh Club → Concert

AVRIL 2023

- 01/04 : ARVEST - APAF → Préparation carnaval
- 02/04 : APE → Chasse à l'œuf

MAI 2023

- 14/05 : ARVEST - APE → Kermesse école
- 29/05 : ARVEST - Sentiers de Pencran → Randonnée

JUIN 2023

- 09/06 : STERENN - APE → repas de cohésion
- 16/06 : ARGOAT - La Bonne Altitude → AG
- 17/06 : Place Keranna - APAF → Fête de village

JUILLET 2023

- 02/07 : ARGOAT - La Paysanne → AG

SEPTEMBRE 2023

- 03/09 : Salle des sports - Forum des associations

OCTOBRE 2023

- 15/10 : Salle des Sports - APAF → Trail
- 21/10 : ARVEST - Rockin Breizh Club → Concert

NOVEMBRE 2023

- 11/11 : ARVEST - USP → Kig ha Farz

DÉCEMBRE 2023

- 02/12 : ARVEST - APAF → Téléthon
- 03/12 : ARVEST - APE → Marché de Noël

Gym Club

Le Gym Club vient de tenir son Assemblée Générale. Le COVID a, semble t-il, encore impacté l'année qui vient de s'écouler. En effet, le club a vu se confirmer la baisse significative des inscriptions, ce qui a généré un bilan financier annuel légèrement déficitaire.

Mais le bureau reste optimiste car en ce début d'année sportive, de nouveaux adhérents se sont inscrits avec toujours le même enthousiasme après deux semaines de cours avec l'animatrice du club, Marie-Laure Le Guen. On peut espérer que les personnes qui n'ont pas encore pu reprendre les cours ou qui hésitent, vont rejoindre le club dans les prochaines semaines. Il reste des places dans les trois cours .

- **Nouveaux horaires** : lundi 18H30-19H30 Gym Tonique/salle des Sports
- Mercredi : 9H30-10H30 Gym Loisir/salle Héol
- Mercredi : 19h-20H Gym tonique/salle des Sports

Adhésion : 80€ pour les 3 cours hebdomadaires. Pas de certificat obligatoire. Possibilité de séances d'essai.

À l'issue de l'A.G, s'est déroulée l'élection du nouveau bureau. Après 8 ans passés à la présidence du Gym Club, Hélène Péron a laissé sa place à Chantal Morel.

Présidente : Chantal Morel

Trésorière : Jocelyne Elies

Secrétaire : Monique Madec

Membres : Marité Fitamant, Monique Kérébel, Sylvie Pompilio, Gisèle Péron, Hélène Péron, Céline Reboul, Guylaine Séné

Pour toute information, n'hésitez pas à contacter Chantal Morel : **06.15.18.67.51** / gymclub-pencran@laposte.net



APAF

Le trail "**La Pencranaise**" aura lieu cette année dimanche 16 octobre. 3 circuits de 8,12 et 20 kms seront proposés aux coureurs.

Pour cette 3^e édition, l'APAF/Comité des Fêtes de Pencran fera également courir les enfants sur un circuit spécifique. Les marcheurs ne seront pas oubliés, avec 2 parcours de 8 et 12 kms.

Les inscriptions sont ouvertes sur le site [Klikego.com](https://www.klikego.com), à partir de la catégorie cadets pour le 20 kms et minimes pour les autres distances, dans la limite de 500 participants. Les premières éditions avaient rassemblé 409 participants en 2019 et 500 en 2021.

Pour que cette édition connaisse le même succès, l'APAF/Comité des Fêtes de Pencran a encore **besoin de bénévoles**, et plus particulièrement des signaleurs pour guider les sportifs et assurer leur sécurité.

Comme les fois précédentes, une partie des bénéfices de cette journée sera reversée sous forme de don pour participer au financement d'un projet pour une association : Handisport.

Contact : asso.paf29800@gmail.com.

LA PENCRANAISE 3^{ème} édition
NOUVEAU CIRCUIT

20 km à 9h
12 km à 9h30
8 km à 10h
marches 8 & 12km
départ libre
Course enfants

16 octobre 2022
TRAIL
SANS CHRONO

Départs et arrivées : au bourg de **PENCRAN**.

Inscription sur **KLIKEGO**

POFAM - EQUIPE
SC MICRO
ROLLAND
Jondi Sport
SARL ISOL & PLAC
GROUPE OPI
Association Pencran Animation & Festivités
LANDERNE pumeurs
Le Télégramme

Organisé par l'Association Pencran Animation et Festivités

Association « La Bonne Altitude »

C'est la rentrée, les cours de yoga et les répétitions de la chorale ont repris courant septembre !

Les séances de yoga se déroulent le mardi à la salle Héol de 18h00 à 19h30 ou de 19h45 à 21h15 . Elles sont animées par Bénédicte Le Port, professeur diplômé de l'Université Occidentale de yoga.

Le yoga permet de se poser, de se ressourcer, de faire plus ample connaissance avec soi, avec son corps, sa respiration, ses émotions et de travailler sa souplesse, la posture du dos, etc.

Les répétitions de la chorale ont quant à elles lieu toujours le mercredi à la salle Sterenn, de 19h45 à 21h15 dans une ambiance décontractée et conviviale. Le répertoire est composé principalement de variété française et de chants de

marins. Notre chef de chœur est Jean Abarnou, il dirige aussi les chorales de Plouédern et de Landivisiau.

Il est bien évidemment possible de venir nous rencontrer et faire un essai lors d'une séance avant de s'engager et ce à tous moments de l'année !



Par contre, les ateliers de couture n'ont pas repris car nous n'avons plus d'animateur/professeur. Alors, si vous êtes intéressé(e) ou si dans votre entourage une personne pourrait mener ces ateliers (un auto entrepreneur), faites-le nous savoir !! Un grand merci !

Les Amis de la Colline

Lors du 1er semestre, le club a organisé un challenge interne dominos et pétanque sur 5 rencontres.

Voici les résultats aux dominos avec la participation de 25 joueurs(euses) :

1ère Michèle Kéromnes,

2^e Marie-France Sparfel,

3^e Agnès Goascoz,

4^e Jean Ollivier,

5^e Jean Postec

À la pétanque, avec 28 joueurs, le classement est le suivant :

1ère Michelle Vialle (199 pts),

2^e Rémy Sparfel (193pts),

3^e Michel Corre (183pts),

4^e Christophe Moysan (181 pts),

5^e Daniel Jézégou (178pts).



VIE ASSOCIATIVE

Penn ar Bad

Il est toujours possible de rejoindre le club de badminton Penn ar Bad. C'est un club de loisir, qui accueille des adultes et des adolescents. Les séances ont lieu le lundi et le jeudi à la salle des sports, à partir de 20h30. Il est possible de venir essayer une ou deux fois avant de s'inscrire; des raquettes peuvent alors être prêtées.

Modalités d'inscription :

- * Cotisation de 25 euros pour l'année
- * Certificat médical datant de moins de six mois
- * Fiche de renseignements à compléter

Les inscriptions sont effectuées lors des séances de badminton.

Contact : pennarbad@gmail.com Tél. 06 98 56 95 08

PENN AR BAD



La Compagnie des Doudous



L'assemblée générale de l'association « La Compagnie des Doudous » a eu lieu le 13 septembre salle Argoat. 9 assistantes maternelles en sont membres et accueillent au total 24 enfants.

Les activités ont repris fin septembre.

Une nouvelle animatrice : Frédérique Nachou assure les séances d'éveil musical en remplacement de Serge Brard, qui est parti en retraite.

Anne Le Bihan propose toujours ses séances de Baby-Gym et Monique Castel, des séances de lecture animées une fois par mois.

L'association a l'intention de reprendre des activités communes avec le Jardin d'Enfants.

Une vente de crêpes est programmée pour janvier prochain.

Le bureau est reconduit avec Lydia LÉON, comme secrétaire-adjointe.



Fête de quartier

Cette année encore, le bout de la rue des Châtaigniers a fêté ses voisins.

Au programme : barbecue et concours de palets.

Malgré un temps maussade, une journée placée sous le signe de la bonne humeur.



Atelier « Activité Physique Adaptée » à L'Hôpital-Camfrout :

La commune de L'Hôpital-Camfrout, le CLIC du pays de Lanterneau-Daoulas et le Comité Départemental Sports pour Tous Finistère proposent une réunion d'information, en vue de la mise en place d'un atelier « Activité Physique Adaptée » sur la commune. Les inscriptions se feront lors de la réunion publique du mardi 11 octobre à 14h à la salle HOUAT, 3 Pors HUEL l'Hôpital-Camfrout.

Pratiquer une activité physique régulière aide à travailler son équilibre, à entretenir ses articulations et à renforcer sa tonicité musculaire. C'est pourquoi, la commune de l'Hôpital-Camfrout vous propose de participer à cet atelier « Activité

Physique Adaptée » débutant le 8 novembre et se déroulant sur douze séances de 1 h 30 à la salle HOUAT .

L'objectif de cet atelier est de favoriser la reprise d'une activité physique pour les personnes de plus de 60 ans en proposant des exercices simples, adaptés que l'on peut pratiquer chez soi pour rester en forme. L'atelier est animé par une éducatrice sportive diplômée et spécifiquement formée.

Au programme : des exercices d'équilibre, de renforcement musculaire, d'endurance, de la marche, des activités physiques ludiques, de la convivialité.

L'atelier est gratuit pour les participants.

Assistante maternelle sur Pencran

Assistante maternelle sur Pencran, je dispose d'une place dès maintenant.

Prendre contact au 06.62.83.87.41

« Quelle famille ?! » Un spectacle interactif autour de la personnalité à déguster en famille

Des saynètes qui permettent d'aborder la parentalité et ses défis avec humour et légèreté...et notamment la place des écrans au sein de la famille.

Des échanges entre les spectateurs et les comédiens pour partager nos expériences de parents...L'opportunité d'échanger en famille sur la relation parents-enfants...

Un projet mené en partenariat entre la Maison Pour Tous/ Centre Social, la mairie de Pencran, la CAF et le REAAP.

Les modalités :

Le samedi 5 novembre de 18H à 19H30 à la salle Arvest. À partir de 7ans, au tarif unique de 2€.

Renseignements et inscriptions :

Accueil Maison Pour Tous/Centre Social de Lanterneau : 02.98.21.53.94 ou auprès de Mickaël Paugam (animateur jeunesse à Pencran) : 02.98.21.77.11



Café des Aidants

Pour cette rentrée, le thème choisi est : la place de chacun, entre choix et limites.

Les dates et les lieux :

- Vendredi 4/11 : Emotions et réactions, comment les gérer ?
- Bar-épicerie Les Orties, LE TREHOU
- Vendredi 2/12 : Une histoire d'aide, une histoire de fa-

milles - Foyer St Yves, LOPERHET.

Contact : CLIC pays de Lanterneau-Daoulas

clic@capld.bzh

Café des aidants®

