



**POUR NOUS JOINDRE**

Mairie Tréfléz : Tél. 02.98.61.45.72  
**Courriel** : treflez.mairie@wanadoo.fr  
**Courriel keleier** : keleier@treflez.fr  
**SITE OFFICIEL DE LA COMMUNE**  
<https://www.mairie-treflez.fr>

**HORAIRES MAIRIE- LA POSTE**

**Du lundi au samedi de 9 h à 12 h.**

**INFOS PRATIQUES**

**Garderie périscolaire** : 02.98.61.66.46  
**Bibliothèque** : 02.98.61.67.77  
**Paroisse St Pol Aurélien** : 02.98.69.01.15  
**Urgence** : 15  
**Pompiers** : 18  
**Gendarmerie** : 17  
**Gendarmerie Plouescat** : 02.98.69.60.07  
 Ouverture : mardi et jeudi de 14h à 18h  
 Samedi de 14h à 18h  
**Pharmacie de garde** : 32 37  
**Cabinet infirmier BIHAN JAFFRES**  
 02.98.61.60.59 ou 06.80.57.98.43  
**Taxi Abiven** : 02.98.61.83.92 ou  
 06.82.58.23.64  
**ALDS** (aide et soins à domicile) : 02.98.69.49.60  
**Assistante Sociale** :  
 CDAS Landivisiau 02.98.68.11.46  
[France services](#)  
**St Pol de Léon** : 02.98.69.10.44  
**Cléder** : 02.98.69.44.54

**Relais Petite Enfance**

Permanence téléphonique lundi, mardi et vendredi après-midi de 13h30 à 17h. 02.98.69.23.13

**DÉCHETTERIE**

\* **CLÉDER** : 02.98.19.54.67  
 Ouvert de 8h45 à **11h45** (sauf le lundi) et de 13h30 à **17h15** du lundi au samedi.  
 \* **LANHOUARNEAU** : 02.98.61.32.57  
 Ouvert le mercredi et le samedi de 9h00 à **11h45** et de 13h30 à **17h15**.  
**SERVICE ENVIRONNEMENT** : 0 800 220 574

**PRESSE LOCALE**

**Correspondant Télégramme**  
 Marie CORFA 06 64 26 77 46  
[mcorfa.letelegramme@gmail.com](mailto:mcorfa.letelegramme@gmail.com)

**Correspondant Ouest France**

Camille RAISON 06.43.22.66.75  
[kmille.raison@gmail.com](mailto:kmille.raison@gmail.com)

**COLLECTE DES ORDURES MÉNAGÈRES ET RECYCLABLES**

Pour le mercredi 5 octobre, sortir le conteneur **BORDEAUX (ORDURE MÉNAGÈRES)** le **mardi soir**.



**PERMANENCES DES ELUS**

**Contacter la mairie au 02.98.61.45.72**

**Mme Le Maire :**

**Anne BESCOND** reçoit sur rendez-vous le vendredi de 15 h à 17 h.

**Adjointe aux affaires sociales :**

**Sarah OULIVET** reçoit sur rendez-vous le mercredi matin.

**INFO MAIRIE**

**RAPPEL**

**Réunion publique**  
**concernant le changement de communauté de communes**  
**le vendredi 30 septembre à 19h**  
**à la salle omnisports de Tréfléz.**

**C.C.A.S.**

**Le repas des aînés sera servi ce samedi 1 er octobre à la salle omnisports à 12 h.**

**ILLUMINATIONS DE NOËL**



Dans un contexte où les **coûts de l'énergie** vont augmenter et où il est demandé à chaque Français de **réduire** sa consommation d'énergie, la question des décorations de Noël, très énergivores, se pose.

**La commission information & communication** a pris la décision de **ne pas installer les habituelles illuminations électriques** cette année.



Elle propose aux **associations et habitants** de Tréfléz qui le souhaitent, de **se réunir** pour imaginer et confectionner ensemble des décors afin de conserver malgré tout l'esprit de Noël.

**Les personnes intéressées peuvent se manifester en mairie, par mail à l'adresse**

**accueil.mairietreflez@orange.fr ou par téléphone au 02 98 61 45 72.**

**BIENTÔT 16 ANS PENSEZ AU RECENSEMENT**

La Loi du 28 octobre 1997 institue pour tous les jeunes Français, garçons et filles, un parcours de citoyenneté obligatoire qui les accompagne dans la découverte de leurs droits et devoirs.

**Vous devez vous faire recenser dans les 3 mois qui suivent votre 16ème anniversaire à la Mairie de votre domicile, sur place ou en ligne sur :**

**www.service-public.fr.**

Pour effectuer cette démarche, vous devrez produire une pièce d'identité et le livret de famille. Une adresse mail et un numéro de téléphone de contact vous seront aussi demandés.

Seul le recensement permet la convocation à la Journée Défense et Citoyenneté (JDC) environ 9 mois après.



**ÉCOLE**

⇒ **APPEL A BÉNÉVOLE**

**L'école de Tréfléz recherche un ou une bénévole pour aider au service à la cantine, de midi à 13h environ, tous les jours.**

Prendre contact avec la directrice au **06.83.84.39.17**

## INFOS COMMERCANTS

> **Bar Ar Ménez 02.98.61.42.83**

**FERMETURE ANNUELLE** du mardi 13 septembre au vendredi 7 octobre inclus.

**Réouverture le samedi 8 octobre à 9 h.**

> **Le Salon 02.98.79.71.68**

**Mardi, mercredi, jeudi** : 9h-12h / 13h30- 18h **Vendredi** : 9h-18h **Samedi** : 8h30-17h.

> **DEP'ANN COUTURE 9 rue de Mesmeillan**

Commandes uniquement **sur RDV**

**06.47.87.71.30** ou **02.98.78.21.84**

> **BIBLIOTHEQUE 02.98.61.67.77**

**Nouveaux horaires** : Mercredi : 13h30-14h30 Vendredi : 16h45-18h45 Dimanche : 10h30-12h00

> **BETER'S PIZZADIAS 06.22.61.03.29**

Vente de pizzas, pizzadias, fries (frites fraîches garnies)

Présent le **jeudi soir** sur le **parking de la Gare** à partir de **17h30**



## MARCHÉ DU MARDI SOIR

> **La ferme "Plein le Boutoc" de Tréfléz 07 70 01 94 53**

Camille et Raphaël vendent leurs légumes et leurs pains produits en agriculture biologique sur la place du bourg, de 17h à 19h.

Réservation du pain conseillée auprès de Raphaël  
06.28.69.69.89



> **Régis Pizzas : 06.09.74.27.94** De 13h30 à 19h



> **Lutong Bahay 07.66.69.76.63**

Spécialités plats asiatiques, en vente à emporter, tous les mardis de 17h00 à 19h00.



Soupe de gyoza, Brochette de poulet, Nems, Samoussa

> **Julien Gasté - Artisan Glacier Fabricant 06 35 58 04 34**

A partir du mois d'octobre retrouvez Julien le **premier mardi de chaque mois.**

Pensez à réserver.



## HAUT LÉON COMMUNAUTÉ



### LE 1er OCTOBRE LES DÉCHETTERIES PASSENT À L'HEURE D'HIVER

A compter du **samedi 1<sup>er</sup> octobre**, les horaires de fermeture des déchetteries de **Kergoal à Cléder**, **Ruléa à Lanhouarneau**, changent (horaires basse saison).

#### Rappel des horaires :

- Déchetterie de Ty Korn à Plougoulm - Tél : **02.98.29.82.11**  
Déchetterie de Kergoal à Cléder – **02.98.19.54.67**

#### Horaires de basse saison (du 1<sup>er</sup> octobre au 31 mars)

Ouvertes le lundi de 13h30 à **17h15** (fermée le lundi matin) et du mardi au samedi, de 8h45 à 11h45 et de 13h30 à **17h15**. (*Fermeture les jours fériés*). **Se présenter 15 min avant l'heure de fermeture**

Déchetterie de Ruléa à Lanhouarneau – Tél : **02.98.61.32.57**

#### Horaires de basse saison (du 1<sup>er</sup> octobre au 31 mars)

Ouverte le mercredi et le samedi de 9h00 à 11h45 et de 13h30 à **17h15**. (*Fermeture les jours fériés*)

**Se présenter 15 min avant l'heure de fermeture.**

#### CONTACT

**Haut-Léon Communauté** Service gestion des déchets Ty Korn 29250 PLOUGOULM Tél. : 02.98.29.81.98

## PETITES ANNONCES

### RECHERCHE

-> **URGENT**, suite à une séparation et afin de rester proche de mes enfants, je recherche une **petite maison (2 chambres si possible)** sur Plouneour-Brignogan ou alentour. A l'année, serait le rêve mais dans un premier temps, cela peut être un gîte saisonnier pour l'hiver ou une résidence secondaire disponible, loyer maximum 450 / 500 €. Je dispose de ressources mensuelles garanties et je peux effectuer des petits travaux de bricolage ou de jardinage.

J'étudie toutes vos propositions. Contact 06.84.91.90.94

-> Sur Tréfléz et alentours une maison avec minimum 2 chambres, idéalement 3, salon, salle à manger. Contact 06.75.66.73.16

### VENTE

-> **Gabriel LE JAN Vente de colis de viande**

**Gabriel** vous propose de la viande charolaise en colis sous vide. Viande bovine élevée en Finistère (bœuf et veau). 4 formules au choix.

Plus d'information au **06 58 15 22 51**.

## ASSOCIATIONS

### E.S. TRÉFLEZ

#### RÉSULTAT Dimanche 25/09 :

Défaite 4-2 à St Vougay en coupe de Conseil Départemental. (Buteurs: Romain Abiven et Benoit Le Duff)



#### Dimanche 2/10 :

Réception de Ploudaniel B à 15h30 au Menhir. Pour le 1er match de championnat à domicile, les verts auront besoin de votre soutien pour empêcher les 3 points.

#### AGENDA

**TARTIFLETTE** à la salle omnisport le 29/10 à partir de 19h.



### AR PINTIG



L'Association AR PINTIG organise **une soirée disco-crêpes** le samedi 08 octobre à partir de 19h, à la salle omnisport de Tréfléz.

**Repas adulte** : 2 crêpes salées + 1 sucrée = 12 €

**Repas enfant** : 1 crêpe salée + 1 sucrée = 5 €.



Réservation auprès de Julie KOUTZINE JOLY au 06.63.62.61.81 au plus tard le 06/10/2022.

### ART FLORAL

Reprise des cours le jeudi 20 octobre. Au club house de la salle omnisports.

Les cours sont donnés par Bart Van Dijk (70 € l'année)

Il reste 5 places. Tel : 02 98 61 49 98 après 19h

## SANTÉ



### Projection film

Dans le cadre de la journée mondiale des soins palliatifs, l'ASP-Respecte du Léon vous invite à participer le **jeudi 13 octobre 2022, à 19H45, au cinéma EVEN à LESNEVEN**, à une soirée cinéma, suivie d'un

échange avec ses bénévoles.

### Familles endeuillées

Le GEFE, **Groupe d'Entraide des Familles Endeuillées**, est proposé par les accompagnants bénévoles de l'ASP - Respecte du Léon afin de répondre au besoin de la communauté de cheminer dans le processus de deuil.

Avec le groupe en support, vous serez accueilli, respecté et écouté dans la confidentialité.

La prochaine rencontre aura lieu à **Lesneven** le **Jeudi 13 octobre 2022**

**Inscription à l'ASP-Respecte du Léon au : 06.04.09.57.99**



### RÉVISION DU CODE DE LA ROUTE

L'équipe des bénévoles de l'ADMR Lesneven-Océane et d'animation sociale proposent de parler de **sécurité routière**.

### IL RESTE DES PLACES

Durant une formation de 7h avec une partie théorique et une partie en voiture, un professionnel de la route fera les rappels d'usage.

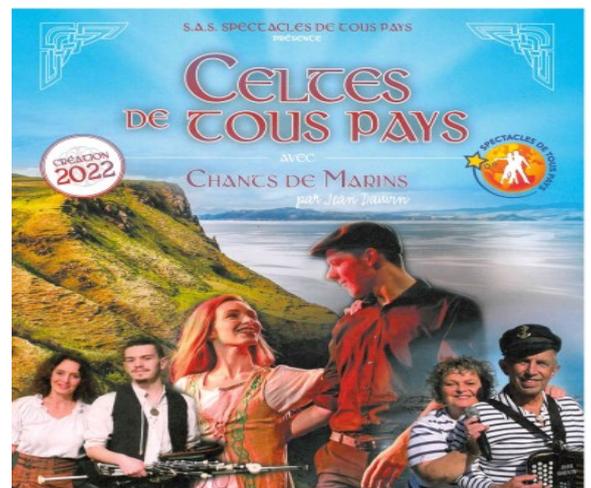
La **formation est gratuite** et ouverte à tous les conducteurs de plus de 60 ans, **bénéficiaires ou non des services de l'ADMR**.

Nous vous donnons rendez-vous à **Lesneven**, 2 boulevard des frères Lumière, **les 11 et 12 octobre**.

Un contrôle gratuit de la vue sera également proposé.

**Inscription obligatoire au 07.85.84.45.35.**

### CLUB DES AINÉS



MARDI 08 NOVEMBRE 2022 à 14H30

L'ARVEST

17, Rue de l'Eglise - 29190 PLEYBEN

TARIF : 33 € par pers.

Informations et réservation auprès de votre club ou association, GENERATIONS MOUVEMENT - Fédération du Finistère  
220 Rue de la Petite Huel - 29100 Landeleau  
Horaires de réception : du mardi au vendredi de 13h45 à 19h45 et de 14h45 à 19h45  
Contact : 02 98 85 22 91 - feele29@gmouv.org

Règlement par chèque à l'ordre de « Génération Mouvement - Fédération du Finistère »

**Inscriptions pour le 15 octobre au 06.32.99.42.90**

Participation du club à hauteur de 8 €. Tout billet commandé ne sera pas remboursé

## ANNONCES EXTÉRIEURES

Organisé par l'association d'assistantes maternelles 123 Boutchous

**En concert**

**Jean Luc Roudaut et Noah**

**16 OCTOBRE 2022 À 16H**

Enfant 3€  
Adulte 5€

**VENEZ NOUS REJOINDRE DÈS 14H AVEC UNE PÊCHE À LA LIGNE, DÉGUSTATION DE GÂTEAUX ET CAFÉ ET DÉCOUVRIRE NOS KITS COOKIES!**

Réservation sur [helloasso.com](https://helloasso.com)  
Info au 06.78.35.07.98 (Uniquement sur réservation, places limitées)

**SALLE POLYVALENTE DE PLOUNÉVEZ-LOCHRIST**

**Uniquement sur réservation.  
Pas de ventes de billets sur place.**

### SECOURS CATHOLIQUE, MARCHES SOLIDAIRES

Les équipes locales du Secours Catholique de St Pol de Léon et de la Baie du Kernic organisent une marche solidaire:

**le dimanche 9 octobre à Sibiril.**

Rendez-vous à partir de **13h30** à la **salle Atlantide de Sibiril** pour un **départ** à partir de **14h**.

**Trois circuits** au choix (**4kms, 7kms, 12kms**) qui feront découvrir la **belle vallée du Guillec**, le joli **port de Moguéric** et le magnifique **château de Kérouzéré**.

Ouvert à tous. Inscriptions sur place : 5 €. Possibilité de faire un don. Collation offerte au retour. Venez nombreux!

## CONFERENCES – GRATUIT

### HABITAT

« Ma maison pour demain, j'y pense aujourd'hui »

Elodie, ergothérapeute, anime une causerie sur les améliorations à envisager sur son logement. Elle apporte des informations sur les organismes et les aides financières.

**PLEYBEN - Salle des fêtes de la Mairie**  
Jeudi 06/10 - 14h30

### SECURITE ROUTIERE

« Révision code de la route »

Mise à jour des nouvelles règles de circulation pour conduire en toute sécurité le plus longtemps possible.

**TREFFIAGAT LECHIAGAT - Espace Associatif de la Providence**  
Lundi 10/10 - 14h30

**CROZON - Maison du temps libre**  
Mercredi 12/10 - 14h30

### NUTRITION

« Décryptage des étiquettes alimentaires »

Marine, diététicienne, vous propose le « *webinaire du consommateur* » pour tout savoir sur les logos, les labels, la qualité nutritionnelle et les nutriscores.

**En visioconférence (\*)**  
Mardi 11/10 - 10h00-11h00  
Inscription : 06.16.45.96.75 ou par mail : [vas-y@ildys.org](mailto:vas-y@ildys.org)

### MEMOIRE

« Ma mémoire, j'y tiens »

Co-animée par une neuropsychologue et une ergothérapeute, cette conférence a pour sujet le fonctionnement et le vieillissement de la mémoire.

**SCRIGNAC - Salle Polyvalente**  
Vendredi 14/10 - 14h30

**LOPERHET - Salle du Conseil**  
Vendredi 21/10 - 14h30

OCTOBRE 2022

### BUCCO-DENTAIRE

« Ma santé bucco-dentaire, j'y tiens »

La santé bucco-dentaire est intimement liée à la santé générale. Dr Cordonnier, chirurgien-dentiste à la retraite, propose diverses recommandations, des démonstrations et conseils pratiques pour le quotidien.

**PLONEVEZ-DU-FAOU - Espace Ar Veilh**  
Mardi 18/10 - 14h00



(\* Pour toute inscription par mail à une visioconférence, merci de nous indiquer votre nom, prénom, date de naissance, code postal, commune

Soutenues par le Conseil Départemental du Finistère, l'Agence Régionale de Santé de Bretagne et « Pour Bien Vieillir Bretagne », toutes nos actions sont GRATUITES.

## INSCRIVEZ-VOUS A NOS ATELIERS – GRATUIT

### JAVELOT

1 séance – Mardi – 14H00  
« Journée d'initiation au javelot »

Découverte et entraînement d'une activité olympique avec une approche adaptée : échauffement, apprentissage de la technique du lancer suivi d'une collation ; Possibilité de s'inscrire à des ateliers par la suite.

**BREST - Terrain du Petit Kerzu**  
Le 04/10  
Inscription : 06.16.45.96.75

### ACTIVITE PHYSIQUE

8 séances – Les lundis – 10h30

Animée par un enseignant en activité physique adaptée. Venez délier les articulations et étirer à tour de rôle les différents muscles du corps. Une pratique essentielle pour retrouver sa souplesse et se relaxer en douceur.

**EN VISIOCONFERENCE (\*)**  
A partir du 10/10  
Inscription : 06.16.45.96.75 ou par mail à : [vas-y@ildys.org](mailto:vas-y@ildys.org)

### HABITAT

3 séances – Les lundis – 14H30  
« Ma maison pour demain, j'y pense aujourd'hui »

Echanges en groupe restreint, animés par une ergothérapeute sur l'aménagement et la sécurité du domicile. Apportez des photos des pièces de votre maison.

**PLEYBEN - Salle du Patrimoine**  
A partir du 10/10  
Inscription : A l'issue de la conférence du 06/10

### PARCOURS INFORMATIQUE

8 séances – Les vendredis

Cet atelier a pour but de vous familiariser avec l'usage du numérique.

**CORAY - Nouvelle Médiathèque**  
A partir du 28/10  
Inscription : 02.98.73.25.36

### CONDUITE AUTOMOBILE

Manque de confiance au volant ? Envie de faire un point individuel avec une ergothérapeute et un moniteur auto-école ? Essayer une voiture à boîte automatique ? Des problèmes de santé affectent votre conduite ?

Contactez Vas-Y au 06.34.84.57.49

OCTOBRE 2022

Vous pouvez aussi consulter  
notre agenda sur le site  
internet à : [vas-y.bzh](http://vas-y.bzh)

Pour tout renseignement complémentaire, adressez votre demande  
à : [vas-y@ildys.org](mailto:vas-y@ildys.org)



### Ce bulletin est gratuit

Dépôt des annonces **avant le mercredi midi** par mail à [keleier@trefflez.fr](mailto:keleier@trefflez.fr)  
Le keleier est à votre disposition en Mairie, au bar Ar Menez, au Salon et sous le porche de l'église.  
**Merci de ne prendre que ce dont vous avez besoin !**