



Mairie ☎ 02.98.61.45.72 Site internet <https://www.mairie-treflez.fr>

✉ Keleier : keleier@treflez.fr ✉ Urbanisme : contact@treflez.fr ✉ Accueil : accueil.mairietreflez@orange.fr



PERMANENCES DES ELUS Contacter la mairie au 02.98.61.45.72

Madame 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.

INFOS PRATIQUES

HORAIRES MAIRIE – LA POSTE

Du lundi au samedi de 9 h à 12 h.

Levée de la Poste à 12h



Garderie périscolaire : 06.76.99.32.44

Bibliothèque : 02.98.61.67.77

Paroisse St Paul Aurélien : 02.98.69.01.15

Urgence : 15

Pompiers : 18

Gendarmerie : 17

Gendarmerie Plouescat : 02.98.69.60.07

Ouverture : mardi, jeudi et 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

Conciliateur de justice : RDV par mail
bernard.conciliateur@gmail.com

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.

Attention, un justificatif de domicile vous sera demandé pour accéder aux déchetteries.

SERVICE ENVIRONNEMENT : 0 800 220 574

PRESSE LOCALE

Correspondant Télégramme

Marie CORFA 06 64 26 77 46

mcorfa.letelegramme@gmail.com

Correspondant Ouest France

Camille RAISON 06.43.22.66.75

kmille.raison@gmail.com

COLLECTE DES ORDURES MÉNAGÈRES ET RECYCLABLES

Pour le mercredi 23 octobre 2024, sortir le conteneur JAUNE (recyclable) le mardi soir



INFOS MAIRIE

Concertation publique

Zone d'Accélération de la production d'Énergie Renouvelable (ZAE nR)

Une ZAE nR est une cartographie de zones (sol, toitures, ...) où il y a un potentiel pour l'énergie renouvelable et où il y a une volonté politique locale de développer ce potentiel.

Une concertation publique concernant les ZAE nR pour Tréfléz est ouverte : du vendredi 4 octobre 2024 au lundi 4 novembre 2024.

Le dossier d'information sur les ZAE nR est disponible en mairie aux heures d'ouvertures et sur le site internet mairie-treflez.fr.

Le registre de concertation est accessible au public sur cette même période en mairie, aux horaires d'ouverture au public, afin de formuler vos remarques et observations par écrit. Celles reçues par courrier à l'adresse secretariat@treflez.fr seront également consignées.

SÉCURITÉ ROUTIÈRE

Les passages de matériels agricoles ou travaux publics peuvent rendre les routes boueuses.

L'agriculteur ou l'entreprise de travaux qui salit la route doit aussitôt signaler le danger et, dans les meilleurs délais, procéder au nettoyage (obligation légale).

Ne pas la respecter peut être lourd de conséquences pour la personne responsable.

La commune quant à elle, a un devoir de police et doit faire respecter la réglementation.

MATINÉE CITOYENNE

Entretien du cimetière le 24 octobre 2024

Les élus et les agents techniques invitent les personnes de tous âges à venir participer à l'entretien du cimetière en vue de la Toussaint et du 11 novembre.

Ce sera l'occasion de passer une matinée, ensemble, dans la bonne humeur et le partage.

Rendez-vous devant le cimetière à 9h, munis de vos outils de jardinage.



CCAS

REPAS DES AÎNÉS

Le traditionnel repas offert, par le CCAS, aux personnes de 70 ans et plus, a eu lieu le samedi 12 octobre à la salle omnisports. L'occasion de souhaiter l'anniversaire d'Isabelle Bellec qui fêtait ses 87 ans ce jour là, avec 76 convives.



Cette année les doyens de l'assemblée sont Mathilde Ramonet (92 ans) et Ernest Abiven (90 ans)

COMMERÇANTS

>Bar Ar Ménez 02.98.61.42.83

Lundi fermé ; **Mardi, mercredi, jeudi, vendredi, samedi** 9h/14h et 16h30/21h, **dimanche et jours fériés** 10h/14h.

 **Le bar est fermé pour congés jusqu'au 24 octobre 2024**

>Le Salon 02.98.79.71.68 2 rue de la Mairie (MTL)

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

 **Le salon sera fermé le samedi 2 novembre.**

>BIBLIOTHEQUE 02.98.61.67.77

Mercredi 11h-12h **Vendredi** 16h45-18h45 **Dimanche** 10h30-12h00.

Retrouvez l'actualité des médiathèques du territoire sur

www.mediatheques.hlc.bzh

>CHEZ TONTON JO Épiciers/Traiteur 06.22.82.60.50

Ouvert du **mardi au samedi** de 7h30 à 12h30 et 15h30 à 19h30, le **dimanche et jour férié** de 8h à 12h30. **Fermé le lundi et mercredi après-midi.**

MENUS DU 18 AU 24 OCTOBRE

Vendredi : filet de lieu jaune fondue de poireaux

Samedi : poulet, crème aux trompettes de la mort

Dimanche : poulet (réservation avant samedi soir)

Mardi : blanquette de veau

Mercredi : civet de coq

Jeudi : rôti de porc échine aux pruneaux



Afin de garantir le meilleur service possible, il est conseillé de commander votre pain 24h à l'avance.

MARCHÉ DU MARDI SOIR

>La ferme "Plein le Boutoc"

Camille et Raphaël vendent leurs légumes et leurs pains produits en agriculture biologique, de 17h à 19h. Réservation du pain au 06.28.69.69.89. Vous pouvez aussi commander sur le site internet www.fermepleinleboutoc.fr avant le mercredi 11h et à retirer à la ferme le jeudi à partir de 17h.



>Régis Pizzas : 06.09.74.27.94 De 13h30 à 19h



ANNONCE PAROISSIALE

TOUSSAINT

La célébration des défunts aura lieu le 1^{er} novembre à 15h à Tréfléz.

Cette célébration sera animée par les laïcs.

ASSOCIATIONS

HENTCHOU GLAZ

Balade dans les bois de Kerzéan

Le **dimanche 27 octobre** prochain, Hentchoù glaz vous propose une jolie balade d'environ 6 km dans les bois de KERZEAN, le long de la rivière Le Kerallé.

Parcours d'une difficulté modérée. Prévoir une tenue adaptée (chaussures de randonnée, éventuellement bâtons de marche).

Nous vous proposons soit un rendez-vous à 9h30 au parking du terrain de foot de Tréfléz **pour le covoiturage**, soit un rendez-vous à 10 heures à la **chapelle Notre-Dame de Kerzéan, au lieu-dit Kerzéan à Plouescat.**

FOOT

E.S.TREFLEZ

Dimanche 20 octobre, match à Landerneau Kergreis à 13h30.

Groupement jeunes de la Flèche Samedi 19 octobre

U6/7, U13, U13F : repos

U8/9 : plateau journée 3 à Lesneven à 10h

U10/11 : match amical contre Plouguerneau à Plouider à 11h30

U15F : match de brassage contre Plouzané 2 à Saint-Méen à 11h

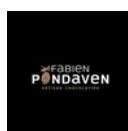
U15 : match de brassage contre Ploudaniel à Ploudaniel à 15h30



ASSOCIATION AR PINTIG

Ar Pintig remercie tous les bénévoles sans qui la soirée Disco crêpes n'aurait pu être :

- Parents, grands-parents des écoles : c'est vous le moteur de l'association ! Que vive **Ar Pintig** !
- Nos DJ, Alain Quénéhervé et Dj Mom'
- Membres des différentes APEL et OGEC dont nos époux qui donnent sans compter et gèrent les enfants en même temps !
- Nos partenaires :
- GAEC de Kerveltoc pour son bon lait,
- Le moulin de Keranot et sa belle farine,
- La ferme de Luzury et ses œufs calibrés,
- Le Fournil de La Butte qui nous tourne la pâte avec nos ingrédients,
- Fabien Pondaven artisan chocolatier et son merveilleux caramel,
- la Cave Biannic qui soutient les petites associations,
- la mairie de Tréfléz pour les locaux,
- les ateliers municipaux de Plouescat pour leur coffrets électriques,
- Audiolite,



PETITES ANNONCES

RECHERCHE

- Particulier, cherche un espace environ 20m² pour faire un atelier de bricolage. Électricité requise et ouverture donnant de la lumière souhaitée. Si vous avez quelque chose à proposer, **contactez Muriel au 06.65.33.72.21**

- **Maison à louer**, environ 70m², de préférence non meublée. Contact : 06.41.57.61.61 (de préférence par SMS) ou recherche_maison@orange.fr

RECHERCHE EMPLOI

- Femme motivée et travailleuse cherche travaux de ménage, garde d'enfants, courses, jardinage... Possède un véhicule.

Contact : 07.87.43.87.94

CHAUFFAGE

Nutri-Breizh vous propose :

- **Bois de chauffage en palette Box** en 50 cm ou en 33 cm mais également des bûchettes d'allumage en sac de 20L.

-Pellets :

°feuillus en palettes de 77 sacs

°Résineux en palettes de 70 sacs

Livraison sur tout le Finistère

Renseignements au 02 29 61 61 61

Nutri-Breizh / 54 rue des Abers 29260 KERNILIS.

Ouvert du lundi au vendredi 8h30/12h - 13h30/17h30.



Nutri-Breizh

SANTÉ

PLOUNÉVEZ-LOCHRIST

CONGÉS

Le cabinet médical du docteur Grosjean sera fermé, pour **congés, du 21 au 29 octobre inclus.**

DON DU SANG

Le prochain **don du sang** aura lieu au complexe sportif de Bellevue à Plounevez-Lochrist, le **vendredi 18 octobre 2024 de 9h à 13h.**

Réservez votre RDV sur dondesang.efs.sante.fr ou au **02.23.22.53.97**



COURS

BRIGNOGAN

AMERICAIN-WORKSHOP :

Keltik-Asso. propose un atelier de conversation en américain, pour voyager et mieux appréhender le monde à venir ! Nous vous proposons une pédagogie active à partir d'articles de presse du Central Brittany Journal, du New-York-Times, etc..., le mercredi de 18H30-20H00 à la salle G.JOFFRIN à Brignogan-Bourg.

Tarifs : 90€ pour 10 séances de 90 min... (**NB : 3 Séances Gratuites**).

RDV.info. Le 16 octobre 2024 à 18H30 à destination des commerçants & Artisans, etc. **Début des sessions** le mercredi 6 novembre 2024

Informations au 06.98.75.05.55, inscriptions par mail : keltikasso@yahoo.com

SOCIAL

CLÉDER

Malle aux vêtements – Boutique solidaire à Cléder



Jeu 10 octobre, ouverture de la nouvelle Boutique Solidaire du Secours Catholique, 3 Place Charles-de-Gaulle à Cléder.

Vous y trouverez des vêtements de seconde main pour **adultes et enfants.**

Horaires d'ouverture : mercredi et jeudi de 15 h à 18 h ; vendredi et samedi de 9 h 30 à 12 h.

Contact : 06 38 64 63 26



RENCONTRE LITTÉRAIRE

RENCONTRE AVEC LAURE LE MÉVEL

19 octobre

10H30



À l'occasion de la sortie de son deuxième roman policier 'Le brodeur de silence', Laure Le Mével viendra présenter cette nouvelle enquête menée par la posthume Camille Serva.

Un moment chaleureux d'échanges et de partages !

Centre socio culturel Plounevez-Lochrist

Centre socio-culturel Plounevez-Lochrist
7 Place de la Mairie 29260 Plounevez-Lochrist
02 98 61 61 61 - infos@centresociaux-plounevez-lochrist.fr
www.centresociaux-plounevez-lochrist.fr

BRÈVES HEOL

LOGEMENT

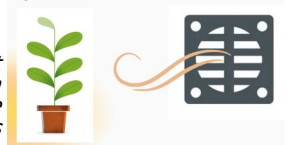
Ne bouches pas vos entrées d'air !

Lorsque le froid et l'humidité s'installent, il peut être tentant de boucher les entrées d'air du logement, mais c'est un geste à proscrire absolument ! La ventilation est indispensable pour évacuer l'humidité et des divers polluants (composés organiques volatiles) qui se trouvent à l'intérieur de nos logements.

Les entrées d'air et bouches d'aération doivent être régulièrement entretenues, avec de l'eau savonneuse pour éviter que la poussière ne s'y accumule. Pensez à faire de même avec les petites ouvertures - ou réglettes - qui se trouvent parfois sur les fenêtres ou sur le coffre des volets roulants.

Il est par ailleurs recommandé de nettoyer le bloc moteur de sa VMC une fois par an et de procéder à un entretien complet tous les 2 ou 3 ans par un professionnel.

Heol vous offre un conseil neutre et gratuit pour vos projets de construction, rénovation thermique et économies d'énergie au 47 rue de Brest à MORLAIX (sur RDV). Plus d'infos au 02 98 15 18 08 et www.heol-energies.org



BIEN ÊTRE

DÉCOUVERTE DE LA SOPHROLOGIE



Venez découvrir les bienfaits de la sophrologie lors de 5 séances gratuites à Tréfléz.

Cette animation est à destination de toutes les personnes âgées de plus de 60 ans, curieuses d'expérimenter une technique de relaxation et de gestion du stress.

Les séances auront lieu à **l'accueil de loisirs, place d'Armor, à partir du mardi 5 novembre de 14h à 15h15.**

Inscription au 07 85 84 45 35.

PLOUESCAT



Solen Lozach, praticienne psychocorporelle a ouvert Plouescale, un centre de bien-être pluridisciplinaire, dédié à la santé, **au 16 rue de Strasbourg à Plouescat**. L'équipe est actuellement de 7 praticiens et de nouveaux partenaires les rejoindront prochainement.

Plus besoin d'aller jusqu'à Brest ou Landivisiau, cet espace vous offre la possibilité de vous ressourcer, de relâcher la charge mentale, de vous sentir soutenu(e) et écouté(e) afin de cultiver un état de bien-être durable et de profiter d'un moment de relaxation. Chacun peut prendre un temps pour soi individuellement, à travers des soins holistiques et des accompagnements (massages, libération émotionnelle, kinésiologie, coaching de vie, réflexologie plantaire, ...).

Des cours hebdomadaires de yoga, yoga du rire, d'automassages, des ateliers créatifs de confiance en soi pour les enfants ont déjà commencé. Des formations et des conférences seront également proposés tout au long de l'année.

Retrouvez plus d'information sur le site internet www.plouescale.fr, sur les pages facebook et instagram.

Prise de rdv, inscriptions aux activités et demande d'information au 06 61 16 54 44 ou solen@eft-massage.fr

HAUT LÉON COMMUNAUTÉ

PROGRAMME DES VACANCES

HALLOWEEN AVEC LA MAISON DES FAMILLES
Programmation

ANIMATIONS FAMILLES GRATUITES RESERVÉES AUX HABITANTS DE HAUT-LÉON COMMUNAUTÉ
02.98.69.69.97

RESERVATIONS EN LIGNE ->>>
(INFOS.FAMILLES@HLC.BZH)

HALLOWEEN POOL PARTY

Pour se mettre dans l'ambiance d'Halloween et fêter les vacances de la Toussaint, Haut-Léon Communauté organise une Halloween Pool Party !

Cette soirée festive en musique est ouverte aux petits et grands, avec de nombreuses surprises à découvrir tout au long de la soirée !

Tarif entrée piscine

BALADE LUDIQUE

Balade créative au contact de la nature, à partager en famille.

En famille

Vallée du pont d'arm Plounevez-Lochrist Mercredi 23 octobre 10h30

MONSTRES ET SORCIÈRES

Activité manuelle de confection autour des monstres et des sorcières !

De 3 à 11 ans

Foyer communal Sibirl Jeudi 24 octobre 10h00

CITROUILLE D'HALLOWEEN

Réalisez votre citrouille d'Halloween. Creusez, videz, sculptez la plus effrayante des citrouilles !

Salle Polyvalente 58 Rue de la Mairie Mespaul De 4 à 11 ans Mardi 29 octobre 14h00

SOIRÉE THEATRE PARENTS - ADOS

Soirée de partage et complicité avec votre ado !

Soirée théâtre "Un Ado peut en cacher un autre". Une comédie à découvrir !!!

Départ en minibus pour tous, direction Les Capucins, à Brest.

Parents et jeunes de plus de 10 ans

Mercredi 23 octobre 2024 - 20h

Départ en minibus proche de chez vous

CONFÉRENCE SUR LA GESTION DES ÉMOTIONS

Si les émotions de l'enfant sont légitimes, mais comment les accompagner au quotidien ?

Une soirée animée par Delphine Raimbault Meyer.

Professionnels, parents et futurs parents

Jeudi 14 novembre 2024 20h

France services Saint Pol de Léon

ANNONCES EXTÉRIEURES

PLOUNÉOUR-BRIGNOGAN

Le musée du coquillage et animaux marins sera **ouvert du mercredi 23 octobre au 2 novembre de 15h à 17h** (fermé les dimanches). Visite commentée d'1h30 environ pour mieux connaître nos animaux, leur lieu de vie, leur mode alimentaire... Vous serez surpris par le grand nombre d'espèces qui vivent sur notre littoral. Musée ludique (nombreux jeux, vidéos, microscopes ...). Une magnifique collection de coquillages et coraux exotiques agrémentent également ce musée situé face à la mairie de Brignogan. Entrée 5 € pour les adultes, enfants 1 €. **Tél : 06.31.90.07.73 - site Brigoudou.fr**



Le musée organise une **exposition les 1er, 2 et 3 novembre** dans la salle Kastell Mor, face à l'église sur le thème "coquillages en fêtes". Peintures, sculptures... Entrée gratuite de 10h à 12h et de 14h à 18h.

PLOUNEVEZ LOCHRIST

L'association « Culture et Loisirs » organise depuis plusieurs années des cours de cuisine à la Maison familiale avec un chef cuisinier de Plounevez-Lochrist Frédéric CUVECLE .

Les personnes assistent à la préparation des plats et mangent sur place (sauf le vendredi après midi).

4 cours sont proposés 1 fois par mois : le lundi et jeudi de 18h30 à 21 h et le vendredi matin de 10h à 12h30 ou l'après midi de 14h à 16h (à cet horaire le repas est à emporter. Penser à apporter des contenants.)

Il reste des places dans les 4 cours.

Renseignements, inscription **06 99 02 35 23** ou **06 71 09 53 83**.

LESNEVEN

> Repair Café: Samedi 19 octobre 2024 de 9h à 12h au Centre Socioculturel

Dans le cadre des journées nationales de la réparation, Repair Café exceptionnel pour apprendre à réparer vos appareils électroménager ou autres. N'hésitez pas à venir échanger avec l'équipe de bénévoles.

> Atelier Pirouettes et Chansonnettes samedi 19 octobre à 10h "Et si nous allions dehors ?"

Animation dans le jardin du Centre Socio parents/enfants (0-4 ans). Gratuit sur inscription.

SAINT-MEEN

Le club des 2 vallées organise un **Thé Dansant**, le dimanche **20 Octobre à 14h00** à la salle multifonctions, rue de la mairie.

Il sera animé par ROMANCE BLEU. Sur réservation (entrée 10€), au **06.60.74.35.26** ou **06.70.76.73.14** ou club-des2vallees.stmeen@gmail.com

PLOUIDER

Foire aux jouets et à la puériculture **dimanche 3 novembre** à Plouider (salle de sport). De 9h00 à 13h00. Pour réserver un emplacement en tant qu'exposant : 3 € le mètre linéaire, 3 € l'emplacement du portant. Buvette et petite restauration sur place. **Contact et infos : 06 67 53 63 52**. Organisée par le club de basket de Plouider.

BREIZH VOI et ARTISANS

20 OCTOBRE

SALON DU SHOPPING À LANDIVISIAU

Dans "Les Halles" du centre ville

DE 09H30 À 18H

Food-Truck Plus de 20 exposants

ENTRÉE GRATUITE

PINGO! LOTO

Dimanche 20 Octobre 2024

COMPLEXE SPORTIF Salle Polyvalente de Plounevez-Lochrist

DÉBUT 13H30

Ouverture des portes à 11h

Animé par RACHEL

Buvette et petite restauration sur place

Organisé par l'APPEL - DGECC de l'école Sainte Famille

St-Famille

PATIN CLUB PLOUIDER

HALLOWEEN PARTY 2024

SAMEDI 2 NOVEMBRE

DE 15H00 À 19H00

SALLE OMNISPORTS DE PLOUIDER

ENTRÉE GRATUITE OUVERT À TOUS

ANIMATIONS BUSETTE CONFISERIE

AVEC OU SANS ROLLER

Plus d'informations au 06.29.90.27.01

LANHOUARNEAU SALLE OMNISPORT

LE DIMANCHE 10 NOVEMBRE DE 9 À 17H

FOIRE À L'ARTISANAT ET AU TERROIR

BIJOUX/PARFUMS
TEXTILES
PIÈRES
FOURTE
BOUCO/FLÈURS
MAGNETES/BOITE
OSER
POUPES/POLYMER
PHOTO ANIMAUX
ETC...

LEGUMES BIO
VIANDES PRODUITS DE LA FERME
OLIVES
MIS
BEURRE DE BARATTE
TRUITE ASSASSONNE
BIÈRES
CIGNE
FARINE ET PRÉPARATION
ETC...

ENTRÉE 1 € GRATUIT - 12 ANS
PETITE RESTAURATION

CLUB DE BASKET DU KERNIC

Ce bulletin est gratuit

Dépôt des annonces **avant le mercredi midi par mail à keleier@treflez.fr**

Le keleier est à votre disposition en Mairie, au bar Ar Menez, au Salon, chez Tonton Jo et sous le porche de l'église.

Merci de ne prendre que ce dont vous avez besoin !