

BULLETIN MUNICIPAL - DECEMBRE 2020 — N° 476

SERVICES MEDICAUX

CABINET MEDICAL 3 Place Claude Le Guen

Dr COLLIN Antoine et Dr GROS Julie-Charlotte
☎ 02.98.40.16.41.

Nouveaux patients acceptés y compris nourrissons et enfants.

CABINET KINESITHERAPEUTE-MASSEUR

Claude MARCHADOUR, 2 Place Claude Le Guen à Kersaint-Plabennec. ☎ 06.52.50.97.23.

CABINET INFIRMIER: Audrey MENEZ & Laura LE BORGNE, Place Félix Guéguen. Soins infirmiers à domicile ou au cabinet. ☎ 07.83.53.78.68.

Vaccinations anti grippe : Permanence tous les samedis de 12h30 à 13h30 sans RDV. Pour le reste de la semaine sur RDV au 07.83.53.78.68.

TESTS COVID 19 : toujours effectués sur RDV.

CABINET OSTEOThERAPEUTE

Nicolas MALVILLE, Place Félix Guéguen
☎ 06.37.61.44.98

Consultations en ostéo, acupuncture, massage chinois et reiki.

CABINET de PSYCHOLOGIE, Place F Guéguen:

Mélanie THEPAUT ☎ 06.60.40.15.78.

GARDES MEDICALES : 15

PHARMACIES DE GARDE : 32 3

SALON DE COIFFURE

Mardi et jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 18h (après 18h, uniquement sur rendez-vous)

Mercredi de 9h à 12h

Vendredi de 9h à 18h (en continu)

Samedi de 9h à 16h (en continu)

☎ : 02.98.40.11.42

MARCHE ALIMENTAIRE

Depuis le 1er octobre, tous les jeudis de 16h à 19h, le marché alimentaire s'est installé, Place Félix Guéguen. Il semble répondre à une attente des Kersaintaises et Kersaintais.

Modifications au moment des Fêtes de fin d'année : le marché du jeudi 24 décembre sera avancé au mercredi 23 décembre et celui du 31 décembre sera annulé. Un invité surprise sera présent le jeudi 17 décembre.

Annonces à déposer pour le 20 décembre

CONFINEMENT NATIONAL

(jusqu'au 15 décembre 2020)

ACCUEIL DE LA MAIRIE

La mairie est ouverte au public du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30 (fermée le mardi après-midi). Elle sera ouverte les samedis 05 et 19 décembre de 10h à 12h (port du masque obligatoire ; une seule personne à la fois). Merci de privilégier les demandes par téléphone ou par mail (se déplacer que si c'est nécessaire).

SOLIDARITE

A cause de la crise sanitaire, le traditionnel repas des aînés (70 ans et plus) ne sera pas organisé. *Toutefois, la commission extra-communale d'aide sociale propose d'offrir un repas à emporter. Les modalités de retrait seront explicités dans un courrier adressé à chaque personne concernée.* La municipalité et le CCAS sont à la disposition des personnes isolées ou rencontrant des difficultés pour toutes demandes d'aides, visites, démarches administratives, courses... Contacter la mairie au 02.98.40.10.03.

BIBLIOTHEQUE MUNICIPALE

La bibliothèque va rouvrir. Des permanences seront organisées les mercredis (de 17h à 18h30) et les samedis (de 10h30 à 12h). Merci de respecter le protocole sanitaire mis en place.

OCCUPATION DES SALLES COMMUNALES

L'ouverture des salles pour les activités sportives, culturelles et la location des salles aux particuliers est toujours suspendue jusqu'à nouvel ordre. Les salles peuvent être utilisées par l'école.



La cérémonie du 11 novembre s'est déroulée en petit comité du fait du confinement. Après un recueillement au DRENNEC, les élus et les représentants de l'UNC se sont retrouvés devant le monument aux morts de Kersaint-Plabennec pour commémorer le 102^e anniversaire de l'armistice.

Les maires des communes de Kersaint-Plabennec et du Drennec ont apporté une gerbe au pied du monument. Les 2 correspondants défense étaient aussi présents : Béatrice PERES et Jean-Claude RANNOU.

Horaires

-Secrétariat :

• Du **Lundi au vendredi**

De 8h30 à 12h et
de 13h30 à 17h30

(Fermeture le mardi, après-midi)

Samedi de 10h à 12h. Durant les
vacances de Noël, la mairie sera
fermée les samedis 26/12 et
02/01/21

Nous contacter

Place de la Mairie

29860 KERSAINT-PLABENNEC

☎ **02.98.40.10.03**

mairie@kersaint-plabennec.bzh

www.kersaint-plabennec.fr

Permanence des élus

Le Maire reçoit sur rendez-vous

Les adjoints :

-K. HELIES : Lundi après-midi (sauf le
28/12) et 1er et 3è samedis

-A. COLLIN : 2è samedi

-B. PERES : 03/12 et 18/12 de 9h à 12h

LES BIDOURIGS

COLLECTE de journaux

Permanence **samedi 12 décembre**
de 10h à 12h
(Local situé au pignon Est du
Presbytère)

PERMANENCES

Maison du Lac PLABENNEC

CCPA / Hôtel de Communauté 58, avenue
de Waltenhofen 29860 Plabennec.

Plus d'information au 02.98.37.66.00. ou
sur www.pays-des-abers.fr

Port du masque obligatoire.

ASSISTANTE SOCIALE DPAS :

02.98.83.23.66. sur RDV le mardi de 9h à
12h.

ACCUEIL EMPLOI :

Lundi, mardi, jeudi de 8h30 à 12h et de
13h30 à 17h, vendredi de 8h30 à 12h et
de 13h30 à 16h, sur rendez-vous le jeudi
après-midi (02.90.85.30.12).

Mission locale de Plabennec :

☎02.30.06.00.33

AGDE : Tous les jeudis de 13h30 à 17h ☎
02.98.21.18.64

CPAM : Tous les lundis de 13h30 à 16h30.

Assainissement collectif : 02.90.85.30.17

Autres permanences

FNATH : Association des accidentés de la
vie) : les 1er vendredis du mois de 10h30
à 11h30, salle Marcel Bouguen (salle n°3).

ADMR: 66 Avenue de Waltenhofen ☎
02.98.37.60.37.

CLIC gérontologique : Place de la Mairie
(entre la poste et la mairie) Mardi de 14h à
17h sur RVD ☎02.98.21.02.02.

ADS (soins à domicile) ☎02.98.37.66.76.

AMADEUS (aide à domicile) 1 rue Pierre
Jestin Plabennec (02.98.21.12.40)

SECOURS CATHOLIQUE : fermé au public
pour cause de confinement
(06.38.64.05.94)

ENVIRONNEMENT

CCPA - DECHETS MENAGERS

Mardi 08 décembre & Mardi 22 décembre 2020

Contact : 02.98.84.40.35

HORAIRES DECHETTERIE DE PLABENNEC

Ouverture du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h. Fermeture le
dimanche et les jours fériés. Contact : 06.14.71.56.57

Problème de ramassage des déchets ménagers : ☎ 02.90.85.30.18

Toutes les **informations pratiques** sur la **collecte** sont disponibles sur le site
internet du Pays des Abers : <https://www.pays-des-abers.fr/en-porte-a-porte.html>

Le **guide pratique du tri** : <https://www.pays-des-abers.fr/trier.html>

PASSAGE DU DERATISEUR

Le dératiseur sera présent sur la commune à partir du lundi 30 novembre, les
particuliers désirant son passage peuvent s'inscrire en mairie jusqu'au vendredi 04
décembre 2020.

DOLEANCES EN MAIRIE

*Les haies des habitations ne doivent pas empiéter sur les trottoirs afin de laisser le
passage aux piétons et poussettes.

*Les propriétaires d'animaux sont priés de les tenir en laisse, de ramasser les crottes
sur la voie publique !! (c'est une règle élémentaire de savoir-vivre), un devoir citoyen.

*Respecter les consignes des points « Eco-propreté » : ne rien déposer aux pieds de
ceux-ci.

La mairie vous informe..... Que faire pendant le confinement ?

Recommandations de l'Observatoire National de l'Activité Physique et de la Sédentarité
(ONAPS)

Maintenir et encourager l'activité physique pendant cette période de confinement
apparaît comme essentiel pour préserver notre capital santé, mais aussi, pour renforcer
notre immunité qui semble d'une grande importance pour faire face au virus COVID-19.

Vous êtes en télétravail, instaurer des pauses de 3 minutes en mouvement toutes les
heures de télétravail. Des stratégies simples peuvent être adoptées, comme par
exemple marcher systématiquement lorsque l'on est au téléphone ; s'échauffer et
s'étirer cinq à dix minutes avant de s'installer à son bureau, en insistant sur le dos, les
épaules et le bassin. Un échauffement des principaux groupes musculaires est
également recommandé (cf. site internet de l'OMS). Adapter son poste de travail est
aussi possible selon le matériel de chacun : utilisation de swiss-ball, de pédalier ou
encore de bureau debout. Ces utilisations doivent être limitées en terme de durée dans
la journée et il est recommandé de les fragmenter par petites périodes.

L'indicateur principal à prendre en compte étant d'éviter l'inconfort global. Il est
important de considérer que ces adaptations ne doivent pas remplacer les pauses
actives et que ces recommandations ne se substituent pas non plus aux conseils des
services de médecine du travail. **Bougez** autour de chez vous !!!

BIBLIOTHEQUE



La bibliothèque ouvre en décembre :
Mercredis 02, 09, 16 et 30 décembre de 17h à 18h30 et Samedis 05, 12 et 19 décembre de 10h30 à 12h.

Les enfants peuvent déposer un dessin aux horaires d'ouverture de la bibliothèque. Le Père Noël ne sera pas présent physiquement cette année mais ne les oubliera pas lors de sa tournée.

Petit rappel : On peut emprunter des livres à grands caractères, pour les enfants dys, étudiés en classe à l'intention des collégiens, des revues à destination des enfants. Un achat de nouveautés est prévu ce mois-ci. Il existe un service de livraison à domicile pour ceux qui ne peuvent pas se déplacer. Dans ce cas, contacter la bibliothèque aux horaires d'ouverture.

JOURNEE DU CITOYEN

Tous les jeunes français et françaises ont l'obligation de se faire recenser à la **date anniversaire de leurs 16 ans** à la mairie de leur domicile munis de leur pièce d'identité et du livret de famille.

RPAM Relais Parents Assistantes Maternelles

Les animatrices du Relais Parents Assistantes Maternelles vous accueillent et sont joignables au 02.98.36.83.42 ou rpam@plabennec

Les horaires du relais :

Lundi de 9h à 16h ; Mardi de 9h à 18h30 ; Mercredi de 9h à 17h15 ; Jeudi de 9h à 18h30 ; Vendredi de 9h à 16h.



DON DU SANG

Dans le contexte de l'épidémie, la collecte de sang doit absolument se poursuivre pour répondre au besoin des patients pour lesquels les transfusions sont vitales. Le don du sang est irremplaçable : ce geste essentiel et généreux permet de soigner un million de malades par an. Les personnes qui souhaitent se rendre sur un lieu de collecte doivent prendre rendez-vous soit sur le site dondesang.efs.sante.fr , rubrique Rdv en ligne, l'application don de sang.

Les donneurs sont attendus à PLABENNEC le **lundi 07 et le mardi 08 décembre** de 8h à 13h, salle Marcel Bouguen. Merci de votre générosité.

AMICALE DES SAPEURS POMPIERS DE PLABENNEC

En raison de la crise sanitaire, les pompiers de Plabennec n'effectuent pas cette année, la traditionnelle tournée des calendriers.

En revanche, pour le proposer à la population, nous ferons une permanence au Super U et à l'Intermarché de PLABENNEC, le **samedi 05 décembre** de 9h à 13h.

Par téléphone : 02.98.40.18.60 ou 06.07.73.23.15



SAINT-THONAN

Tél : 02.98.40.18.60 ou 06.07.73.23.15

Par mail : maison .enfance@saint-thonan.fr

Vacances de NOËL

Lundi 21/12 : Sapin 3D, Bougeoir de Noël

Mardi 22/12 : La cheminée du Père Noël, Mon beau sapin

Mercredi 23/12 : Bonhomme de neige fondu, Décoration de table

Jeudi 24/12 : Les moufles du Père Noël, Boules de Noël

Lundi 28/12 : Dégradé d'hiver, Le décompte de l'année

Mardi 29/12 : Lumières du Réveillon, Jingle Jangle

Mercredi 30/12 : Marque place du Réveillon, Notre Feu d'artifice



PAROISSE

« Crèche de NOËL »

le samedi 26 décembre 2020

de 15h à 18h,



Nous vous invitons à venir découvrir la crèche de Noël en l'église de Kersaint-Plabennec.

Les personnages de la crèche ont été rénovés (repeints par des bénévoles). Si vous vous déplacez avec vos enfants, veuillez respecter les gestes barrières (masque obligatoire).

ANNONCES

•Résidente sur la commune, Anne Sophie BERNARD s'installe en tant **qu'agent immobilier**. Après 10 années d'expérience dans le bâtiment, elle rejoint le réseau ICOMI France, 1ère agence en taux de satisfaction client. Elle se charge des biens à vendre et propose un accompagnement personnalisé. Elle se déplace dans tout le Finistère et estime votre bien sous 24 h. N'hésitez pas à la contacter au 07.88.08.86.29 ou par mail annesophie.bernard@icomi-france.fr

•Angélique, Energéticienne, vous propose ses services sur la commune : soulagement des douleurs, fatigue, guérison physique, libération mentale et émotionnelle (stress, manque de confiance en soi, culpabilité, peurs...) Dans l'attente de vous recevoir au 13 allée des Iris, n'hésitez pas à me contacter. Tél 06.30.82.30.42 ou www.lecheminverssoi.com.

La pandémie de l'année 2020 a créé un climat de morosité ambiant.

Afin de redonner le moral et la joie, la municipalité, en lien avec la commission animation, a décidé d'améliorer les illuminations de NOËL sur la commune de Kersaint-plabennec.

Comme depuis plusieurs années, les employés communaux (Antoine et Anthony) réalisent les décors de NOËL avec du contreplaqué et du recyclable. Cette année, plusieurs rennes vont tirer un traîneau sur la place Félix Guéguen où se déroule chaque jeudi le marché.

A partir du 3 décembre, différentes illuminations scintilleront progressivement dans le bourg de la commune afin de faire rêver les petits mais aussi les grands !

