

Tréguidel

n°8

Bulletin Municipal septembre 2025

Travaux

Animations

Cérémonies

Projets





Sommaire

3	Numéros utiles
4 -	Les travaux
5-6	Conseils municipaux
7	Urbanisme
8	Tarifs publics
9-18	Infos
19- 20	Réalisations
21	État civil
22 -23	Retour sur l'actualité
24 - 27	Retour sur images
28- 34	Divers
35 - 36	Calendrier des associations

Chères Tréguidelaises, Chers Tréguidelais,

Je profite de ce bulletin pour faire le point sur nos différents dossiers en cours.

Les travaux d'aménagement du bourg vont enfin débuter prochainement :

1ère phase : de la Mairie jusqu'au parking devant le cimetière, début novembre.

2ème phase : du parking devant le cimetière jusqu'à la route de Lantic et la route du Pont Héry, 2ème semaine de janvier 2026.

La fin des travaux est espérée pour fin février 2026.

Durant les travaux, vous serez informés des consignes de circulation par le compte Facebook Commune de Tréguidel, par le blog treguidel.fr et par la presse.

Les travaux de la nouvelle station d'épuration, qui doit être installée sortie Tréguidel direction Pléguien, devaient débuter fin 2025, ils sont repoussés par Leff Armor communauté au 1er trimestre 2026 pour une mise en service en 2027.

Le PLUiH, Plan Local d'Urbanisme Intercommunal valant programme de l'Habitat, a été validé par les communes de Leff Armor communauté. Prochainement, une enquête publique sera mise en place, un ou plusieurs commissaires seront désignés et chacun pourra s'exprimer soit auprès de la Mairie soit auprès de Leff Armor communauté.

Après validation, nous espérons une mise en place du PLUiH courant février 2026.

Début septembre, l'entreprise COLAS a effectué des travaux de pose d'enrobé sur différentes routes communales, travaux devenus nécessaires.

Cet été, plusieurs groupes des gens du voyage se sont installés sur la commune, bien entendu sans autorisation, deux fois sur le terrain de football et une fois devant la bibliothèque.

Plusieurs Tréguidelais m'ont interpellé et étaient mécontents de leur venue c'est pourquoi je vous apporte des précisions.

Les communes ont l'obligation de les accueillir au minimum 48 heures et une fois installés, ils restent 1 à 2 semaines.

Le préfet peut les mettre en demeure de partir mais sous conditions strictes, s'il y a une plainte justifiée du Maire ou d'un habitant de la commune (délai minimum d'une semaine pour intervenir).

Prochainement, les trois cloches de l'église Saint Gwenaël, bourg, sont prêtes à reprendre du service. Avant de les remonter au clocher, elles seront bénies par le prêtre Valentin le samedi 04 octobre 2025 à 11 h 00.

Tous les Tréguidelaises et Tréguidelais sont les bienvenus.

N'hésitez pas à venir me rencontrer à la Mairie lors de mes permanences ou sur rendez-vous.

A très bientôt.

Bien cordialement.

André GUILLAUME
Maire de Tréguidel

Directeur de la publication : André GUILLAUME

Mise en page : Commission Communication

Photos : Commission Communication

Impression : ROUDEN GRAFIK

Impasse des Longs Réages - 22194 Plérin



MAIRIE DE TRÉGUIDEL et LA POSTE

10 Le Bourg
22290 Tréguidel
Tél : 02 96 70 02 98
Mairie-treguidel@wanadoo.fr
Site officiel : www.treguidel.fr

Commune de Tréguidel



Horaires d'ouverture :

Lundi : fermeture
Mardi : de 9h30 à 12h00
Mercredi : de 9h30 à 12h00
Jeudi : fermeture
Vendredi : de 9h30 à 12h00
Samedi : de 9h30 à 12h00

Permanences des élus :

M. Guillaume André : le mercredi de 14h00 à 16h00
le 1er samedi du mois de 10h00 à 11h30
Mme Hélary Valérie : le 2ème samedi du mois de 10h00 à 11h30
M. Hélary Bernard : le 3ème samedi du mois de 10h00 à 11h30
Mme Hanot Catherine : le 4ème samedi du mois de 10h00 à 11h30.

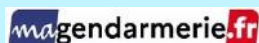
Services publics

Préfecture des Côtes d'Armor : 02 21 27 30 22
Service des ordures ménagères : 02 96 79 77 99 dechets@leffarmor.fr
Leff Armor Communauté : 02 96 70 17 04
Enedis dépannage : 09 72 67 50 22
Leff Armor Communauté Service de l'eau : 02 96 79 77 97

Horaires de la bibliothèque : Le mardi, le mercredi de 16h à 18h
Le 1er samedi du mois de 10h à 12h

OUVERTURES des GENDARMERIES

Lanvollon : 02 96 70 00 18 - Châtaudren : 02 96 74 10 17



Une question? Gendarmerie en ligne 7j/7j et 24h/24h

HORAIRE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE et JOURS FÉRIÉS
8h00 12h00	CHATELAUDREN	CHATELAUDREN	CHATELAUDREN	CHATELAUDREN	LANVOLLON	CHATELAUDREN	CHATELAUDREN 09h00 - 12h00
14h00 18h00	CHATELAUDREN	LANVOLLON	CHATELAUDREN	CHATELAUDREN	CHATELAUDREN	LANVOLLON	CHATELAUDREN 15h00 - 18h00

URGENCE : QUI APPELER ?

Samu	Police Secours	Pompiers	Urgence sms	En mer	Europe
15	17	18	114	196	112
Urgence médicale	Signaler une infraction	Situation de péril ou accident	Accessible par fax ou SMS	Sauvetage en mer	- Urgence médicale - Infraction - Péril

À retenir

SOLIDARITE



formulaire de demande sur le site :
ad22.restosducoeur.org/contact/
Binic Étables : 02 96 65 45 04



Plouha
tél : 02 96 22 47 68



Plouha : Permanence
mercredi de 10h00 à 12h00.
tél : 06 95 64 13 88 ou
au 02 96 20 25 23
pour prendre rendez- vous



Guingamp
tél : 09 62 11 90 10

Les travaux de Tréguidel



La municipalité a décidé de retirer la croix du calvaire de Pabu par sécurité, depuis l'été dernier le granit s'effritait et tombait sur la chaussée.

Des bénévoles se sont proposés pour la remplacer.

Le bois a été fourni par Bernard HELARY, et avec l'aide d'Alain Hanot, le travail a commencé !!!

La mise en place n'est pas une mince affaire!

Didier Hélyary est venu à la rescousse afin de pouvoir la positionner sur le socle existant.

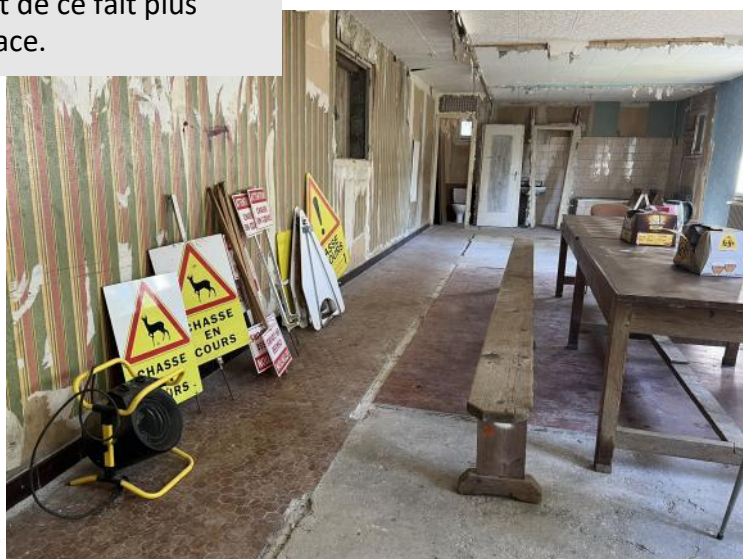
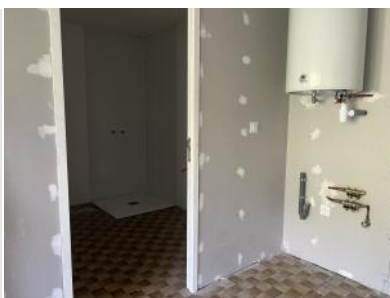
Tous espèrent qu'elle sera prête pour le pardon de Pabu



Local technique

Les sanitaires pour le personnel communal, sont en bonne voies ...Il reste encore quelques finitions !

Les chasseurs retrouveront de ce fait plus d'espace.



CONSEILS MUNICIPAUX

Ordre du jour du 2 avril 2025

1. Approbation du procès-verbal du 26 mars 2025
2. Choix devis travaux vestiaires service Technique
Travaux voirie validation devis
3. Assujettissement de l'opération Achat/Location La Ribotée.
4. Budget Communal
5. Compte de gestion 2024 du receveur
6. Compte administratif 2024
7. Tableau des effectifs
8. Taux des contributions directes 2025
9. Affectation des résultats
10. Budget primitif 2025
11. Questions diverses

Ordre du jour du 21 mai 2025

1. Approbation du procès-verbal du 2 avril 2025
2. Convention de participation au fonds de concours pour le parc
roulant du SDU 22 pour les exercices 2025 et 2026
3. Convention transport scolaire - Avenant n°3
4. Monument aux morts : Inscription d'un nom
5. Devis

Programme de voirie 2025

Travaux sanitaires services techniques

Habillage vestiaire terrain de football

Élagage des chênes

Curage de douves Passage épareuse

6. Questions diverses

CONSEILS MUNICIPAUX

Ordre du jour du 2 juillet 2025

6. *Approbation du procès-verbal du 21 mai 2025*
7. *Leff Armor Communauté :
Rapport d'activité 2024
Recomposition CIU Conseil Communautaire*
6. *Recensement Population 2026 — Désignation CIU coordonnateur communal*
7. *Marché public : Aménagement et Sécurisation CIU Bourg (RD51) — Attribution du marché*
8. *Finances : Décision modificative n° 1*
9. *Devis travaux*
10. *Habillage vestiaire terrain de football*
11. *Questions diverses*

Ordre du jour du 10 septembre 2025

1. *Approbation du procès-verbal du 2 juillet 2025*
2. *Leff Armor Communauté :
Révision générale n° 1 du PLUiH de Leff Armor communauté - avis sur le projet de PLUiH arrêté
Lutte contre les espèces exotiques envahissantes — frelon asiatique*
3. *Souvenir Français - Convention sur la sauvegarde des sépultures de « Morts pour la France »*
4. *SDE 22 : Approbation des nouveaux statuts du syndicat*
5. *Finances : Décision modificative n°2*
6. *Questions diverses*

Retrouvez tous les comptes rendus complets des conseils sur les tableaux d'affichage de la mairie ou sur le site treguidel.fr

Le transport scolaire pour l'école de Lantic n'est plus assuré..





DOSSIERS D'URBANISME

Du 31 mars 2025 au 1er septembre 20245

NOM	ADRESSE	OBJET
Déclaration préalables acceptées		
LEPETIT Sandrine	Rue Hâtée	Réfection toit pergola
LE ROUX Anthony	La Ville au Gallais	Ravalement de façade
RINGEVAL Philippe	Pabu	Extension
LE FORESTIER Hervé	Le Rest	Division parcellaire
MENIER Steven	Rue du Bourg	Changement de destination de l'ancien bar en maison d'habitation
Permis de construire acceptés		
BALLOUARD Maxime	Les Fontaines	Extension
LEFF ARMOR COMMUNAUTE	RD 84, Le Clos du Pont	Construction d'une station d'épuration

Grâce à Leff Armor communauté, Tréguidel adhère gratuitement à l'appli mobile IntraMuros .

Restez donc informés des actualités locales de votre commune ainsi que celles du territoire qui y adhère :

En Flashant le QR code ci-dessous

ou

si vous êtes sur ordinateur en allant sur le lien : Intramuros.org

En téléchargeant l'application via l'App Store ou

Play Store sur smartphone !



* L'actualité locale

Pour être informé par sa mairie et son intercommunalité de ce qui nous touche au quotidien.

* La programmation culturelle

Pour ne plus manquer aucun événement, ni aucune manifestation.

* Les services en ligne

Sondages, démarches en ligne, etc. Les services mis à disposition sont accessibles facilement.

Professionnels *nouvellement installés*

Si vous n'êtes pas encore sur l'annuaire des professionnels de Tréguidel et si vous désirez y paraître, veuillez communiquer vos coordonnées à la Mairie, afin que nous puissions vous y inscrire.



TARIFS PUBLICS 2025

Tarifs 2025	
<u>Location Salle Bessin : commune</u>	
Demi-journée sans repas	70,00 €
Journée (en semaine)	120,00 €
Forfait week-end	220,00 €
Forfait 3 jours	270,00 €
Caution	700,00 €
<u>Location Salle Bessin : extérieur</u>	
Demi-journée sans repas	90,00 €
Journée (en semaine)	150,00 €
Forfait week-end	320,00 €
Forfait 3 jours	370,00 €
Caution	700,00 €
<u>Location Longère : commune uniquement</u>	
½ journée	20,00 €
Journée entière	40,00 €



<u>Concession dans le cimetière communal</u>	
15 ans	60,00 €
30 ans	120,00 €
<u>Concession caverne</u>	
15 ans	200,00 €
30 ans	400,00 €



Le Souvenir Français est une association fondée en 1887 et reconnue d'utilité publique le 1er février 1906 qui a pour vocation d'honorer la mémoire de tous ceux qui sont morts pour la France qu'ils soient Français ou étrangers.

Son objectif : Aucune tombe de « Mort pour la France » ne doit disparaître des cimetières communaux, aucun monument, aucune stèle combattante ne doit être à l'abandon.

Le cimetière communal de Tréguidel rassemble des sépultures dans lesquelles sont inhumés des combattants « Morts pour la France ».

Le Souvenir Français est chargé d'assurer la veille mémorielle sur la totalité de ces sépultures.

Afin de soutenir le Souvenir Français dans son action de veille mémorielle, la municipalité a décidé d'y souscrire, moyennant une participation annuelle forfaitaire de 2 euros par tombe veillée.

La convention est établie pour une durée d'un an et renouvelable.



Infos

Pour pouvoir voter aux prochaines élections :

il est nécessaire de vous inscrire sur les listes électorales de votre commune. L'inscription sur les listes électorales peut être réalisée en ligne jusqu'au sixième mercredi précédant le scrutin.

Pour demander une inscription sur les listes électorales, vous devez remplir deux conditions cumulatives.

- Avoir le droit de vote, ce qui implique de :
- posséder la nationalité française ;
- être majeur (18 ans) au plus tard la veille du scrutin ou, en cas de second tour, la veille du second tour ;
- jouir de ses droits civils et politiques.

Avoir une attache avec la commune au titre de :

- son domicile principal
- sa qualité de contribuable
- sa qualité de gérant de société.



Attention : l'inscription sur les listes électorales n'est pas automatique mais nécessite une démarche de votre part.

À l'appui de votre demande d'inscription, vous aurez à transmettre plusieurs documents :

- un justificatif de votre identité (par exemple votre carte nationale d'identité) ;
- un justificatif de votre lien avec la commune de vote (par exemple votre facture d'électricité comme justificatif de domicile).

Si vous êtes citoyen d'un autre pays de l'Union européenne, vous aurez à transmettre :

- une déclaration sur l'honneur précisant votre situation électorale. Vous pouvez effectuer cette déclaration directement en ligne.

Vous pouvez aussi vous inscrire sur les listes électorales de votre commune en vous rendant à la mairie. Il faudra fournir un justificatif d'identité, un justificatif de domicile et un formulaire cerfa n°12669 de demande d'inscription disponible en mairie.



JDC : ce qui change dès septembre pour la Journée de défense et de citoyenneté

Chaque année, 800 000 jeunes sont appelés pour effectuer leur Journée défense et citoyenneté (JDC). Une nouvelle version va être généralisée progressivement à partir de septembre 2025

Qu'est-ce que la JDC ?

Instaurée en 1998 sous le nom de JAPD pour remplacer le service

militaire suspendu, la Journée d'appel de préparation à la défense est devenue en 2011 la Journée de défense et de citoyenneté.

Quelles nouveautés pour la Journée défense et citoyenneté ?

La nouvelle version de la JDC se déroulera sur 7 heures, de 8 h 30 à 15 h 30. La journée-type comportera 7 temps forts :

- Cérémonie des couleurs, La Marseillaise, lecture de la Charte des droits et devoirs du citoyen français
- Atelier jeu de rôles pour comprendre la défense
- Atelier tests pour discerner les talents et les aptitudes
- Atelier tir sportif au laser
- Repas servi sous forme de ration militaire
- Forum des métiers : présence de la Défense et de la Gendarmerie nationale, immersion en réalité virtuelle
- Au revoir républicain

Calendrier : 2025 – 2026 : Généralisation progressive de la nouvelle JDC

2026 : Objectif de 20 000 JDC organisées

À savoir : À l'horizon 2028, 1 000 réservistes seront recrutés progressivement pour l'encadrement.

Bon à savoir : cette version militarisée deviendra la norme en métropole à partir de septembre 2025, et en Outre-mer à partir de 2026.

Vous pouvez vous y inscrire dès 16 ans, mais vous ne serez convoqué qu'à partir de vos 17 ans.



Mon soutien Psy



Mon soutien psy est un dispositif qui propose jusqu'à 12 séances d'accompagnement psychologique chez un psychologue partenaire. La séance coûte 50 euros. Elle est remboursée à 60 % par l'Assurance Maladie.

Davantage d'informations sur le dispositif sur le site [Ameli.fr](https://www.ameli.fr)

Et sur le Service public : <https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A17461>



Comment bénéficier de Mon soutien psy ?

Vous n'êtes désormais plus obligé d'aller consulter au préalable un médecin ou une sage-femme pour bénéficier de Mon soutien psy. Vous pouvez **prendre rendez-vous directement avec un psychologue** conventionné par l'Assurance maladie.

Le dispositif Mon soutien psy est accessible à partir de 3 ans. Il s'adresse à toutes les personnes en souffrance psychique d'intensité légère à modérée. Vous pouvez bénéficier du dispositif notamment :

- si vous vous sentez angoissé, anxieux, déprimé ou stressé ;
- si vous avez du mal à dormir ;
- si vous souffrez de troubles du comportement alimentaire ;
- si vous avez des problèmes liés à votre consommation d'alcool, de tabac et/ou de cannabis (un abus ponctuel ou répété, ou une consommation nocive), sans souffrir de dépendance.

L'accompagnement psychologique comprend ainsi :

- une première séance, qui est un entretien d'évaluation (ce premier échange permet notamment au psychologue d'évaluer le nombre de séances nécessaires) ;
- puis jusqu'à 11 séances de suivi psychologique, qui peuvent se dérouler à distance par vidéo-transmission.

L'entretien d'évaluation et la dernière séance de suivi peuvent donner lieu, après votre accord, à un échange écrit entre votre psychologue et votre médecin traitant (ou un médecin impliqué dans votre prise en charge).

Vous ne pouvez pas bénéficier du dispositif Mon soutien psy si votre situation nécessite une prise en charge par un psychiatre.

DÉCHETS VERTS : LES UTILISER AUTREMENT

PARTICIPEZ AUX ATELIERS DE LEFF ARMOR !

MULCHING

> tondre sans ramassage,
en broyant finement l'herbe



PAILLAGE

> placer du broyat, des feuilles mortes
au pied de vos plantes/arbustes
> nourrit et/ou protège votre sol



COMPOSTAGE

> création de compost
> déchets de cuisine (épluchures de
fruits et légumes, fleurs fanées, sachets
de thé...)



- 14H-15H // 15/10²⁰²⁵ // LANRODEC (Salle polyvalente)
- 14H30-15H30 // 22/10²⁰²⁵ // PLOUHA (Salle Hermine)
- 14H-15H // 29/10²⁰²⁵ // SAINT-GILLES-LES-BOIS (Salle Polyvalente)

LEFFARMOR
communauté

INFOS - WWW.LEFFARMOR.FR/COMPOSTAGE



Les 8 avantages du paillage :

1. Limiter les arrosages
2. Éviter le désherbage chimique
3. Éviter le phénomène de battance (tassement de la terre sous l'action de la pluie)
4. Créer un lieu propice aux insectes utiles
5. Améliorer la structure du sol
6. Conserver des fruits et légumes propres
7. Améliorer la croissance et la santé de vos végétaux
8. Favoriser la vie microbienne de votre sol

Jardinage naturel :

Explorez des techniques de jardinage qui favorisent la biodiversité, réduisant ainsi le besoin d'achats en jardinerie. Et en plus venez découvrir ou redécouvrir comment transformer vos épluchures, et restes de repas en un compost riche pour nourrir vos plantes.

En participant à ces ateliers, vous contribuerez non seulement à réduire le volume de déchets envoyés en déchetterie ou dans la poubelle noire, mais vous ferez également un geste pour l'environnement en créant un jardin plus naturel et durable.

Vous aurez la possibilité de réserver un composteur à 30€ pour passer de la théorie à la pratique.

Infos - ABECEDAIRE du tri

ABECÉDAIRE DU TRI

	Bacs de tri	Colonnes à verre	Ordures ménagères	Déchèterie	Composteurs ou paillages	Colonnes textile	A rapporter au magasin
Acide				4			
Aérosols à tête de mort				4			
Aérosols sans tête de mort	1						
Aiguille (automédication)	Déchèteries + pharmacies						
Amiante	prendre contact avec Leff Armor communauté						
A Ampoules basse consommation				4			7
Ampoules halogène				4			7
Ampoules classiques			3				7
Annuaire	1			4			
Appareils électroménagers				4			
Assiettes				4			
Barquettes aluminium	1						
Barquettes en plastique et en polystyrène	1						
Barquettes en bois			3				
Batteries de voiture				4			
Béton				4			
Bidon de plus de 5 litres				4			
Bidon de moins de 5 litres	1						
Bocaux en verre		2					
Bois				4			
Boîtes à camembert			3				
B Boîtes de conserve	1						
Bombes de peinture				4			
Bombes de mousse à raser	1						
Boîtes d'œufs carton, plastique, polystyrène	1						
Bouteilles d'huile en plastique	1						
Bouteilles d'huile en verre		2					
Bouteilles en plastique	1						
Bouteilles en verre		2					
Branchages				4	5		
Briques alimentaires	1						
Cagettes				4			
Cahiers	1			4			
Canapés				4			7
Canettes en métal vides	1						
Capsule de café alu	1						
Capsule de café plastique	1						
Cartons d'emballage				4			
Cartonnettes (type paquet de gâteaux)	1						
C Cartouches d'encre				4			
CD/DVD/K7			3	4			

Infos - ABECEDAIRE du tri

ABECÉDAIRE DU TRI

	Bacs de tri	Colonnes à verre	Ordures ménagères	Déchetterie	Composteurs ou paillages	Colonnes textile	A rapporter au magasin
C						6	
				4			
			3				
	1						
			3				
			3				
D				4	5		
	1						
			3				
E				4			
	1						
			3		5		
			3				
				4			
F				4			
		2					
				4			
				4	5		
				4			
	1						
G				4			
				4	5		
				4			
				4			
				4			
			3				
	1						
	1						
H				4	5		
				4			
				4			
J				4			
	1			4			
L				4		6	
	1			4			
			3				
	1						
				4			

s'adresser à une pharmacie de proximité

Infos - ABECEDAIRE du tri

ABECÉDAIRE DU TRI

		Bacs de tri	Colonnes à verre	Ordures ménagères	Déchèterie	Composteurs ou paillages	Colonnes textile	A rapporter au magasin
M	Miroirs				4			
	Meubles				4			7
	Mouchoirs en papier			3		5		
	Moquette				4			
N	Néon				4			7
O	Ordinateurs				4			7
P	Papiers	1			4			
	Papier absorbant			3		5		
	Papiers d'emballage	1						
	Papiers peints				4			
	Papier d'écriture	1						
	Papiers cadeaux	1						
	Peinture (pot)				4			
	Petit électroménager				4			
	Plantes				4	5		
	Planches en bois				4			
	Piles				4			7
	Pneus				4			7
	Poêle				4			
	Polystyrène (grand calage) blanc				4			
	Pots en plastique (yaourts, crème fraîche,...)	1						
	Poterie				4			
	Porcelaine/objets en terre cuite				4			
	Pots de peinture				4			
	Pots en verre		2					
R	Radiographies				4			
	Rasoirs jetables			3				
	Réfrigérateur				4			
	Restes de repas			3		5		
S	Sacs en plastique	1						
	Sacs en papier	1						
	Seringues / lancettes	s'adresser à une pharmacie de proximité						
	Stylos/feutres			3				
T	Solvants				4			
	Table à repasser				4			
	Terre				4			
	Thermomètre				4			
	Taille d'arbre				4	5		
	tuyau d'arrosage				4			
	Tube fluorescent				4			7

Infos - ABECEDAIRE du tri *suite*

ABÉCÉDAIRE DU TRI

	Bacs de tri	Colonnes à verre	Ordures ménagères	Déchèterie	Composteurs ou paillages	Colonnes textile	A rapporter au magasin
Vaisselle				4			
Vélo				4			
V Verre cassé			3	4			
Vêtements, linge de maison (rideaux, draps,...)				4		6	
Vitres				4			

3 déchèteries à Leff Armor

Du 1^{er} novembre au 31 mars : 9h-12h et 13h30-17h

Du 1^{er} avril au 31 octobre : 8h30-12h et 13h30-18h

	L	M	M	J	V	S
Déchèterie de Plouha	✓	✓	✓		✓	✓
Déchèterie de Plouagat	✓		✓		✓	✓
Déchèterie de Pommerit-le-Vicomte	✓		✓		✓	✓

Pour contacter le service Politique des déchets

Téléphone : 02 96 79 77 99

Mail : dechets@leffarmor.fr

Leff Armor communauté - Moulin de Blanchardeau - 22290 Lanvollon

Pour plus d'informations :

Le site internet : <https://www.leffarmor.fr/listes/collecte-des-dechets-menagers/>



Pour améliorer la gestion des déchets, les tournées de collecte des Ordures Ménagères Résiduelles (OMr) et de Collecte Sélective (Cs) ont été réorganisées.

Cette refonte vise à optimiser les parcours, réduire les coûts et l'impact environnemental, tout en améliorant le service.

À partir du 5 janvier 2026, la collecte dans votre commune se fera les mercredis.

Infos - Gestion des déchets

Leff Armor : un territoire exemplaire... mais encore perfectible dans la gestion des déchets

Leff Armor communauté gère la collecte de vos déchets, que ce soit le ramassage de vos poubelles en porte à porte (bacs jaunes et bacs noirs), ou la gestion des 3 déchetteries qui maillent le territoire.

En 2024, où en sont les habitants de Leff Armor avec la gestion de leurs déchets ?

Selon les chiffres 2024 de Citéo (Eco-organisme d'intérêt général) : en France, un habitant produit en moyenne 245kg d'ordures ménagères résiduelles, à Leff Armor la poubelle noire représente seulement 140kg par habitant et par an.

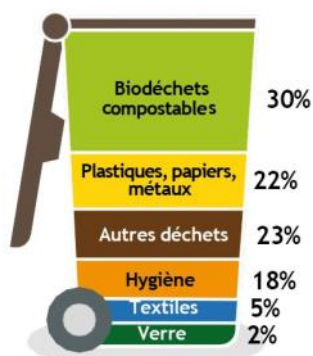
De même, les Français ont trié 72kg de déchets recyclables, tandis que sur le

territoire de Leff Armor, les habitants ont déposé plus de 128kg dans leur poubelle jaune (papiers, plastiques, métaux, etc.) et dans les containers à verre.

NOUS POUVONS ENCORE AGIR !

LEFFARMOR
communauté

En 2024, mon bac d'ordures ménagères est composé de :



➔ **Chiche ! Et si je réduisais le volume de mon bac de 59% ?**
Pour réduire mon volume d'ordures ménagères, je pense à :

- ➔ Mettre les biodéchets compostables dans le composteur (-30%)
- ➔ Mettre les emballages (plastiques, papiers et métaux) dans la poubelle jaune (-22%)
- ➔ Mettre les textiles dans les « bornes à vêtements » (-5%)
- ➔ Mettre les verres dans les points d'apport volontaires (-2%)

Mais, nous pouvons encore agir !

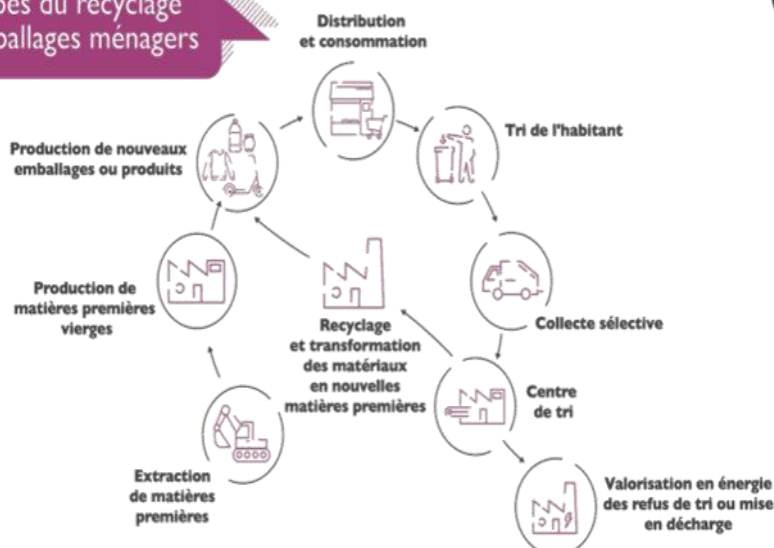
Les déchets de la poubelle noire partent vers le site d'enfouissement, ils sont alors enterrés, sans valorisation de matière.

Une partie importante des déchets que nous mettons dans la poubelle noire pourrait être valorisée. Pour exemple, il reste encore 22kg de biodéchets (épluchures, marc de café, reste de repas, etc...) qui pourraient être compostés !

Réduire nos déchets, c'est limiter la pollution, préserver les ressources naturelles et contenir les coûts de traitement.

En somme, réduire nos déchets c'est un geste pour la planète !

Les étapes du recyclage des emballages ménagers



Infos :

En janvier 2026, l'INSEE mènera une nouvelle campagne de recensement de la population.

Le recensement de la population concerne l'ensemble de la population vivant en France. Mais il ne se fait pas en même temps pour tout le monde, les années diffèrent selon les communes :

- pour les communes de moins de 10 000 habitants, il a lieu tous les 5 ans et concerne toute la population
- pour les communes de plus de 10 000 habitants, il a lieu tous les ans mais sur un échantillon de 8 % d'adresses qui diffère chaque année.

À quoi sert le recensement ?

Réalisé par l'Institut national de la statistique et des études économiques (Insee) et les communes, le recensement permet de savoir combien de personnes vivent en France et d'établir la population officielle de chaque commune. Il fournit des informations sur les caractéristiques de la population : âge, profession, moyens de transport utilisés, conditions de logement...

C'est grâce à ces données que les projets qui vous concernent peuvent être pensés et réalisés.

En effet, de ces chiffres découle la participation de l'État au budget des communes. Du nombre d'habitants dépendent le nombre d'élus au conseil municipal, la détermination du mode de scrutin, le nombre de pharmacies, etc. La connaissance de ces statistiques est un des éléments qui permettent de définir les politiques publiques nationales. Au niveau local, elle sert à prévoir les équipements collectifs nécessaires (écoles, hôpitaux, infrastructures des transports, etc.). L'analyse de ces données aide également à cibler les besoins en logements, elle permet aux entreprises de mieux connaître leurs clients, aux associations de mieux répondre aux besoins de la population.

Comment est-il effectué ?

Vous êtes prévenu du passage de l'agent recenseur par une lettre du maire déposée dans votre boîte aux lettres quelques jours avant ou par l'agent lui-même. Celui-ci a une carte tricolore signée par le maire, avec sa photo et son nom. Toute personne recensée est en droit d'exiger la présentation de cette carte et peut aussi vérifier son identité en contactant la mairie.

La réponse aux questionnaires du recensement est obligatoire.

Répondre par internet est la manière la plus simple de se faire recenser. Les agents recenseurs se présentent chez les personnes à recenser pour leur remettre une notice sur laquelle figurent leurs identifiants de connexion au site [le-recensement-et-moi.fr](https://www.le-recensement-et-moi.fr). Elles peuvent ainsi répondre au questionnaire en ligne.

Si vous choisissez cette option, il faut vous connecter au site [le-recensement-et-moi.fr](https://www.le-recensement-et-moi.fr) et saisir les identifiants présents sur la notice puis remplir le questionnaire. Si vous indiquez votre adresse de messagerie électronique, vous recevrez un accusé de réception.

Si vous ne pouvez pas répondre par internet, l'agent recenseur vous remettra :

- une feuille de logement qui comporte des questions sur les caractéristiques et le confort du logement ;
- autant de bulletins individuels qu'il y a de personnes dans le foyer avec des questions sur l'âge, le lieu de naissance, la nationalité, le niveau d'études, le lieu de résidence, l'activité professionnelle ;
- des notices explicatives disponibles en français et dans certaines langues étrangères.



À noter

La résidence où vous devez vous faire recenser est votre résidence principale. Si un agent recenseur vous contacte néanmoins dans votre résidence secondaire, vous n'avez pas à remplir de questionnaire, l'agent ne relèvera que quelques informations.

Pour en savoir plus :

<https://www.le-recensement-et-moi.fr/cest-simple/documentDuRecensement/>

À noter

En cas d'absence du domicile, l'agent recenseur vous laisse un avis de passage dans votre boîte aux lettres afin de convenir d'un rendez-vous pour vous remettre les documents nécessaires.

Infos pêle-mêle



Changement de jours d'ouverture de la bibliothèque.

À compter du 2 juillet et jusqu'à fin décembre 2025, la bibliothèque est ouverte seulement le mercredi de 16 heures à 18h.

Remplacement du mobilier

Le remplacement des tables et des chaises dans la salle polyvalente rajeunit le mobilier vieillissant, qui sera désormais utilisé dans la salle Bessin.



Travaux de voiries

L'entreprise COLAS a été choisie pour effectuer les travaux de voiries sur les routes qui en avaient besoin :

Kerloho
Le Guern
Les Fontaines
Le Courtil Castel jusqu'à la RD6





Réalisation de Tréguidel

Durant les travaux , il faut prévoir une perturbation sur le trajet des cars scolaires.

Aménagement et sécurisation du Bourg traversée d'agglomération RD51/RD84

Les marchés sont attribués par la Maîtrise d'Ouvrage aux entreprises : EUROVIA pour le LOT n° 1 (Terrassement - Voirie - Assainissement) . ID VERDE pour le LOT n° 2 (Plantations)

- L'ordre de service de démarrage chantier va être transmis aux entreprises pour un démarrage des travaux au 5 novembre 2025 pour le LOT 1.
- L'intervention de l'entreprise ID VERDE pour les travaux d'espace vert sera calée sur le phasage/planning des travaux EUROVIA (1ère fois prévisible en décembre)
- Interruption chantier EUROVIA pendant 3 semaines du 19 décembre au 12 janvier (fermeture pour congés)
- - Objectif Maîtrise d'Ouvrage de fin des travaux = 19 décembre 2025 pour la partie Nord/Ouest (de part et d'autre de la Mairie et jusqu'au carrefour avec la rue Hatée) et fin février 2026 pour la partie Sud/Est.



Les zones de stockage seront bien délimitées .

- L'accès sur le site des travaux devra se faire en bon ordre.

- Les zones de travaux seront délimitées "au plus juste" et les moyens mis en œuvre adaptés au site.

- Il est rappelé aux entreprises que tous ces travaux doivent être réalisés sans qu'à aucun moment ils ne perturbent les riverains. Ils devront donc en conséquence être

organisés pour créer le minimum de gêne.

Le personnel intervenant sur le chantier doit être facilement identifiable.

- Pas de tranchée ou de regard ouvert sur le chantier sans protection.

- Les réseaux existants seront matérialisés au sol à la peinture.



Les travaux en cours ..

La campagne d'élagage est repartie :

La municipalité a fait le tour de la commune pour noter les bords de route dont les haies avaient besoin d'être élaguées. Une quarantaine de propriétaires sont concernés. La Mairie prévoit d'envoyer à chacun une lettre les informant de la possibilité, s'ils n'en ont pas les moyens ni la possibilité, de laisser à la commune le soin d'effectuer les travaux moyennant une participation financière.

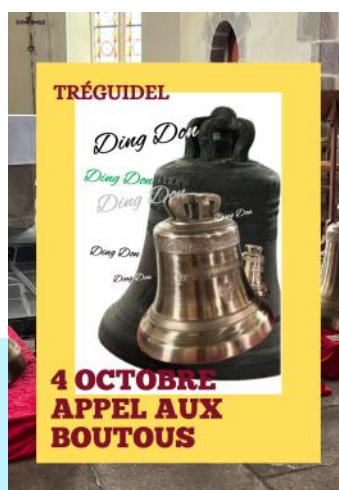
Rappel : Plantation et élagage / Réglementation

Les riverains doivent élaguer leurs arbres, arbustes et haies situés sur leur propriété en bordure de la voie publique et de la rivière, de manière à ce qu'ils n'empiètent pas sur celle-ci et que les branches ne viennent pas toucher les câbles (ERDF et de téléphone). La responsabilité des riverains en cas d'accident sera engagée.



Dates à venir pour les activités de la commune de Tréguidel

- **28 septembre 2025** : pardon de la Chapelle de Pabu
- **4 octobre 2025** : Fête des cloches, organisée par plusieurs associations afin de participer au financement de leur rénovation
- **30 novembre 2025** : Marché de Noël de la chapelle de Pabu
- **14 décembre 2025** : spectacle des enfants avec Michel Silvant salle Bessin, offert par la Municipalité
- **15 novembre 2025** : repas des anciens au restaurant le Boutou à Tréguidel



État Civil

- ♦ *Mariages*
- ♦ *Naissances*
- ♦ *Décès*

M. Pascal ANDRIEU et Nelly
MITTELETTE, le 3 mai 2025.



M. Romain MORIN et
Océane MARTEL, le 19
juillet 2025



- Mélio LORIN, né le 23 mai 2025
- Eva BERTEAUX née le 01 septembre 2025



- Mme Odile LE COUTELEC, décédée le 2 janvier 2025, Malassis
- M. Maurice LAUNAY, décédé le 21 août 2025, Goaderno
- M. Michel De MONTFORT, décédé le 9 septembre 2025, La Noë

Retour sur l'actualité



«Hommage à nos héros de 1939 - 1945 de Tréguidel. Le conflit de 1937 à 1945 fut le premier à s'étendre au monde entier. Nous commémorons les 80 ans de la fin de la guerre 39/45 ainsi que la libération des camps de concentration.

À vous, nos soldats, nos héros de Tréguidel, tous les 15 enrôlés dans une guerre de folie



Vous devez quitter votre logis.

Surprise, déception, c'est reparti comme en 14 disent les anciens

Félix, Toussaint, Pierre, Paul, Jean et Louis, Marcel, Jean, André, Bernard, Yves, Jean et Augustin. Vous étiez jeunes plein d'avenir et de vie....

Le tocsin a sonné, vous faites vos adieux à votre famille, aux voisins ...»

Texte de Martine Rouxel (extraits)



Cérémonies

8 mai 2025

Exposition

Du 8 au 10 mai a eu lieu salle polyvalente de la Mairie

Organisée par Martine Rouxel, Marcelle et Philippe Gicquel en accord avec la municipalité.



Retour sur l'actualité

Cérémonies

8 mai 2025



25 juillet 2025

Commémoration de
la Saudraie



Retour en images

Événements sur la Commune



Un livre, une soupe, contes, chasse aux trésors et exposition :

11, 12 et 13 avril 2025
Le week-end fut bien rempli,
organisé par la Bibliothèque
et le Comité des Fêtes :
Échanges autour d'un bol de
soupe préparé par Valérie,
salle polyvalente transfor-
mée en salle d'exposition
pour les peintures de Marie
et les pastels de Cathy .



Le lendemain les enfants,
après avoir écouté sage-
ment les contes lus par
Alice, sont partis à la
chasse aux trésors.
Gâteaux et chocolats
les attendaient à la
bibliothèque.



Retour en images

Événements sur la Commune



**P'tit Bar du
Contrevent :**
13 avril, marché
des jardiniers



**Les Amis de
la chapelle
de Pabu :**
18 mai :
concert du
groupe
« Éclat de
voix » »



Les Amis de la chapelle de Pabu :
1 juin concert du « Petit Écho de la mode »



Retour en images

Événements sur la Commune

Le Conseil municipal : le 6 juin, un moment convivial pour accueillir les nouveaux arrivants de Tréguidel .



La kermesse des voisins a regroupé toutes les associations de Tréguidel le 5 mai sur la place des Chênes



Retour en images

Événements sur la Commune

Le P'tit Bar du Contrevent :

4 juillet « La guinguette » danses, musique et marchés des créateurs



Photo Ouest France



Le Comité des Fêtes : 13 et 14 juillet , bal orchestré par Silvère Burlot. Feu d'artifice avec la participation de la Mairie. Le tournoi de palets a eu son petit succès, mais le vide grenier n'en fut pas un ! Maquillages des enfants, pêche à la ligne... Un week-end bien chargé et réussi malgré le temps incertain !!!!



Bricolage d'automne

Commencer par une randonnée pour ramasser des feuilles mortes, des marrons, des glands ...

Méthode :

Peindre simplement les feuilles puis les presser sur du papier pour faire des empreintes de feuilles.



Les feuilles et les brindilles sont gratuites, ce qui rend ce bricolage vraiment économique ! En plus des feuilles, il vous faudra juste de la colle adhésive, des ciseaux et du papier cartonné. Le reste, c'est votre imagination qui compte ! Si vous aimez la couleur vous aurez hâte de façonner et découper vos papillons et de découvrir toutes les combinaisons possibles !



Les enfants adorent ramasser les marrons en automne pour le plaisir de fabriquer des animaux .

Cure dents, allumettes, peinture.... Et laissez votre imagination faire le reste !



4	2	7	13
9	6	8	23
1	3	5	9
14	11	20	

Grille A

3	2	4	9
8	1	6	15
9	5	7	21
20	8	17	

Grille B

1	2	6	9
8	9	4	21
3	5	7	15
12	16	17	

Grille C

5	3	1	9
9	6	2	17
7	4	8	19
21	13	11	

Grille D

1	2	6	9
8	9	4	21
3	5	7	15
12	16	17	

Grille E

8	1	6	15
7	9	3	19
5	4	2	11
20	14	11	

Grille F



D'où vient l'expression....

La légende de la petite souris

Origine :

L'origine de la Petite Souris viendrait d'un conte français du 18^e siècle que l'on doit à Madame d'Aulnoy, une baronne qui vécut de 1650 à 1705 sous le règne du roi Louis XIV.

Il s'intitule La Bonne Petite Souris, et conte l'histoire d'une fée qui se change en une souris pour aider une reine à se défendre contre un méchant roi. La souris le hante en se cachant sous son oreiller et en lui faisant tomber toutes ses dents.

Une croyance plus ancienne voulait que lorsque la dent tombée était mangée par un animal, la nouvelle dent prenne les caractéristiques des dents de l'animal en question. C'est pourquoi, les parents donnaient parfois la dent perdue à une souris en espérant que la nouvelle dent de leur enfant soit aussi dure et aiguisée que celles du rongeur.

Comment s'appelle la Petite Souris dans le monde ?

Dans les pays francophones, tous les enfants connaissent la Petite Souris des dents de lait. Mais dans le reste du monde, la Petite Souris est connue sous d'autres noms.

Dans les pays hispanophones comme l'Espagne, l'Argentine, Le Venezuela, l'Uruguay ou la Colombie, la Petite Souris est connue sous le nom de *Ratoncito Pérez* ou encore *El Raton Pérez*.

Au Mexique, au Chili ou en République Dominicaine, son petit nom est : *el Ratón de los Dientes*.

Alors qu'au Portugal, elle se nomme : *Fada dos dentes*.

Comme la Petite Souris, la Fée des dents porte différents noms en fonction des pays : *Tooth fairy* en Angleterre et aux Etats-Unis, *Zahnfee* en Allemagne, *Tannfe* en Norvège.

Au Québec, les deux personnages coexistent.

De même qu'en Italie où la Petite Souris s'appelle *Topino* ou *Topolino* et la Fée des dents *Fatina*.

Alors qu'en Irlande, c'est *Annabogle* qui se charge de ramasser les dents.

Voici pourquoi le beurre est salé en Bretagne !

À l'origine, la plupart des régions françaises ajoutaient du sel dans le beurre pour une meilleure conservation. Cependant, avec la généralisation de la gabelle (impôt sur le sel) en 1342, la plupart des régions ont cessé cette pratique en raison des coûts élevés. Au moyen âge, après l'union de 1532, la province, représentée par les Etats de Bretagne, jouit d'un ensemble de privilèges. Cette région riche en marais salants est notamment exemptée de la taxe sur le sel, la fameuse gabelle due à l'Etat royal.

Cette exemption a permis aux Bretons de continuer à produire et consommer du beurre salé, qui est devenu un marqueur de leur identité régionale.

Et on le sait, le sel est un excellent conservateur, indispensable à une époque où on ne dispose pas de chambres froides. Les Bretons barattent ainsi l'*amann*, un beurre salé à plus de 3%. Jusqu'à la Révolution, ce produit sort peu de la région, car la commercialisation vers les autres provinces est soumise à la taxation.

Au XIX^e siècle, les Bretons élaborent un beurre demi-sel qui comprend de 0,5 à 3% d'or blanc.



Côté nature

C'est le saison des champignons



La saison pour les champignons commence généralement à la fin de l'été et se prolonge jusqu'à l'automne. Les différents types de champignons apparaissent à des moments variés dans cette période. Par exemple, les champignons comme les chanterelles se récoltent de juin à octobre, tandis que les cèpes peuvent être trouvés de juillet à novembre.



Les champignons sont idéalement récoltés tôt le matin, lorsque l'humidité est encore élevée et que les champignons sont bien hydratés. I

Renseignez-vous sur les variétés de champignons comestibles. Si vous n'êtes pas sûr de vous, renseignez-vous auprès de votre pharmacien

Comment cueillir les champignons ? Les bons gestes à adopter :

Choisissez des champignons fermes, ni trop mûrs, ni trop vieux pour éviter toutes intoxications alimentaires ;
Pour ramasser les champignons, utilisez un couteau. Il faut couper le pied proprement afin de les préserver du mycélium .



Certaines personnes croient à tort que les champignons appartiennent à ceux qui les ont trouvés, or il n'en n'est rien.

L'article 547 du code civil précise que les champignons appartiennent au propriétaire du terrain sur lequel ils poussent.

C'est au ramasseur de champignons de se renseigner sur l'identité du propriétaire, et de lui demander l'autorisation de pénétrer sur son terrain pour y cueillir des champignons.

Dans les forêts communales, comme dans les forêts domaniales, la cueillette des champignons est tolérée, mais ce n'est pas un droit absolu. Les communes peuvent prendre des mesures pour limiter la cueillette à une certaine quantité, faire payer un droit d'accès à la journée ou bien interdire totalement la cueillette.

En clair il appartient au ramasseur de champignons de se renseigner sur les différentes autorisations ou restrictions locales afin de ne pas se retrouver dans des situations contraires à la loi en vigueur.

Dans tous les cas, le ramasseur doit obtenir l'accord du propriétaire du terrain qu'il soit domanial, communal ou privé. Enfin tout outil de ramassage comme les râtaux et autres engins scarificateurs, tel que crocs, pioches... Sont évidemment interdits (à l'exception du couteau).

Cueillette des champignons : 9 règles à respecter !

- 1 - Identifier avec certitude chaque espèce que l'on ramasse
- 2 - Ne jamais consommer un champignon récolté pour la première fois
- 3 - Respecter les milieux naturels et ne pas ratisser
- 4 - S'informer sur la réglementation locale
- 5 - Ne récolter que les spécimens en bon état
- 6 - Transporter les champignons dans un panier aéré
- 7 - On ne devrait jamais mélanger champignons comestibles et non comestibles
- 8 - Éviter la cueillette en bord de route ou en zone polluée
- 9 - Cuisiner rapidement les champignons frais

Portrait...

« Je ne suis pas très douée pour parler de moi mais voilà quelques lignes de mon parcours professionnel. »



- CAP esthétique obtenu en 2008 (lycée Montbareil en 2 ans)
- BP esthétique obtenu en 2010 (alternance IFAC de Brest + institut de beauté en 2 ans)
- Titre Professionnel Secrétaire Comptable obtenu en 2020 (GRETA des côtes d'Armor Saint briec en 9 mois)
- Titre d'Assistante Dentaire obtenu en 2025 (alternance CNQAOS de Landerneau et cabinet dentaire en 18 mois)

Née le 26 mai à Plélo, mariée et mère de deux enfants, habitante de Tréguidel, **Mélina Bourse** a un parcours professionnel atypique.

Malgré une vie de famille bien remplie et un engagement communal depuis 2020, elle est passée d'esthéticienne à comptable, et est maintenant assistante dentaire. La reconversion professionnelle est toujours possible, même dans des domaines très différents.



« J'ai eu mon 1^{er} enfant en 2013 et mon 2^{ème} en 2019. J'ai souhaité changer de travail à la suite de la naissance de mon 2^{ème} enfant, mon boulot était très prenant niveau horaires et périodes de travail (quand les en-

fants et la famille sont en vacances c'est là que l'on travaille le plus)

Après quelques recherches, j'ai fait une formation adulte et obtenu un Titre Professionnel de Secrétaire Comptable. A la suite j'ai été embauchée comme assistante comptable dans l'entreprise où j'avais effectué mon stage pendant la formation.

2 ans après environ, j'ai eu l'opportunité d'intégrer un cabinet dentaire en tant que secrétaire médicale et administrative.

Puis 2 ans plus tard, une opportunité d'évolution au sein du même cabinet, 1 an et demi de formation en alternance et me voilà assistante dentaire. »

« En 6^{ème} je connaissais déjà le métier que je souhaitais exercer plus tard :

esthéticienne.

Après la 3^{ème} j'ai donc intégré le lycée Montbareil à Guingamp en CAP esthétique. Ensuite j'ai été en apprentissage pour passer un BP esthétique en alternance (institut de beauté et IFAC de Brest)

J'ai exercé ce magnifique métier qui m'a passionné pendant environ 12 ans. »

Mélina s'installe sous l'enseigne «Le bien-être au naturel», comme esthéticienne et prothésiste onguilaire, strictement pour les femmes. Elle propose à sa clientèle la pose de faux ongles, des épilations, des soins corps et visage, le maquillage, sans oublier le soin des mains et des pieds. Elle se déplace chez les clientes pour plus de facilité pour elles (surtout pour les personnes à mobilité réduite) et peut intervenir chez leur coiffeuse lors de mariages.

«Prendre soin de soi et rester coquette dans toutes les situations, est une bonne façon de conserver l'estime de soi et de maintenir un lien avec les autres».

Petite histoire de Tréguidel

L'école des garçons de Tréguidel :
celle du haut et celle du bas



1951—CP CE2 école communale de Tréguidel

La petite école dites « du haut », aujourd'hui la Mairie, et la petite école « du bas », située devant l'ancien presbytère, désormais devenu un logement communal.



1958 petite école de communale Tréguidel

Ces établissements ont fermé leurs portes dans les années 1972, laissant derrière eux des souvenirs impérissables



1959 petite école communale de Tréguidel

En fouillant dans les archives, nous avons découvert quatre photos de classes où presque tous les élèves sont identifiés. Ces enfants, ont été transférés dans d'autres écoles, comme celle de Lantic, ils ont grandi, changé de commune, se sont mariés ... , ils sont peut-être des visages familiers pour vous ...

Si vous vous reconnaissez



1960 petite école communale de Tréguidel



Bouchées sardines

Égoutter et écraser les sardines à la fourchette
Ajouter la crème, l'œuf le fromage et le persil.
Saler poivrer.
Repartir dans des moules à empreintes et enfourner 20 mn à 180°.
Laisser refroidir et démouler.

Ingrédients pour 6 personnes

1 boîte de sardine à l'huile
60 gr de crème
1 œuf
30 gr d'emmental râpé
1 càs de persil haché
Sel, poivre

Ingrédients

2 filets de maquereaux fumés
180 gr de fromage frais
2 càs de crème fraîche
Plus algues (facultatif)



Rillettes de maquereaux fumés

Mixer tous les ingrédients et servir très frais.

Cake orties coppa

Effeuille les orties en le coupant à la base avec des ciseaux sans prendre leur queue, puis hacher sommairement.
Les faire suer dans une poêle avec le beurre.
Tailler le coppa en petits dés.
Préchauffer le four à 180°.
Fouetter les œufs avec la purée d'amande et la crème.
Par ailleurs, mélanger la farine et la levure dans un saladier, puis verser le mélange précédent tout en fouettant.
Saler, poivrer.
Incorporer les orties, la coppa et l'emmental en mélangeant à la spatule.
Verser la pâte dans un moule et enfourner pour 50 mn environ
Laisser tiédir avant de démouler.
Déguster tiède ou à température ambiante.



Ingrédients pour 8 à 10 personnes

250 gr de talon de coppa
6 branches d'orties
3 œufs
150 gr d'emmental râpé
10 cl de crème liquide entière
10 gr de beurre,
180 gr de farine
100 gr de purée d'amande blanche
1 sachet de levure
Se, poivre

Ingrédients pour 6 personnes

16 biscuits Thé de Lu
4 pommes
60 gr de beurre
50 gr de sucre roux
1 petit œuf
7 cl de crème
1 pincée de cannelle

Mille-feuille gratiné pommes cannelle, biscuits thé

Éplucher les pommes, couper en quartier, ôter cœur et pépins, détailler en dés.
Faire chauffer 20 gr de beurre dans une poêle, ajouter les dés de pommes et cuire 20 minutes. Préchauffer le four à 180°.
Écraser 4 biscuits avec le reste de beurre et le sucre, réserver.
Dans un bol, fouetter l'œuf avec la crème, réserver.
Disposer un rectangle ou un carré à pâtisserie sur une plaque de four recouverte de papier de cuisson.
Ranger 6 biscuits dans le fond, répartir la moitié des pommes et la moitié du mélange œuf/crème.
Renouveler l'opération et terminer en parsemant les biscuits concassés avec le beurre et le sucre. Enfourner 20 mn environ.
Servir tiède.



Un peu de sport cérébral ...

4		7	13
			23
1		5	9
14	11	20	

Grille A

3		4	9
			15
9		7	21
20	8	17	

Grille B

	2		9
8		4	21
	5		15
12	16	17	

Grille E

	2		9
8		4	21
	5		15
12	16	17	

Grille C

	3		9
9		2	17
	4		19
21	13	11	

Grille D

		6	15
	9		19
5			11
20	14	11	

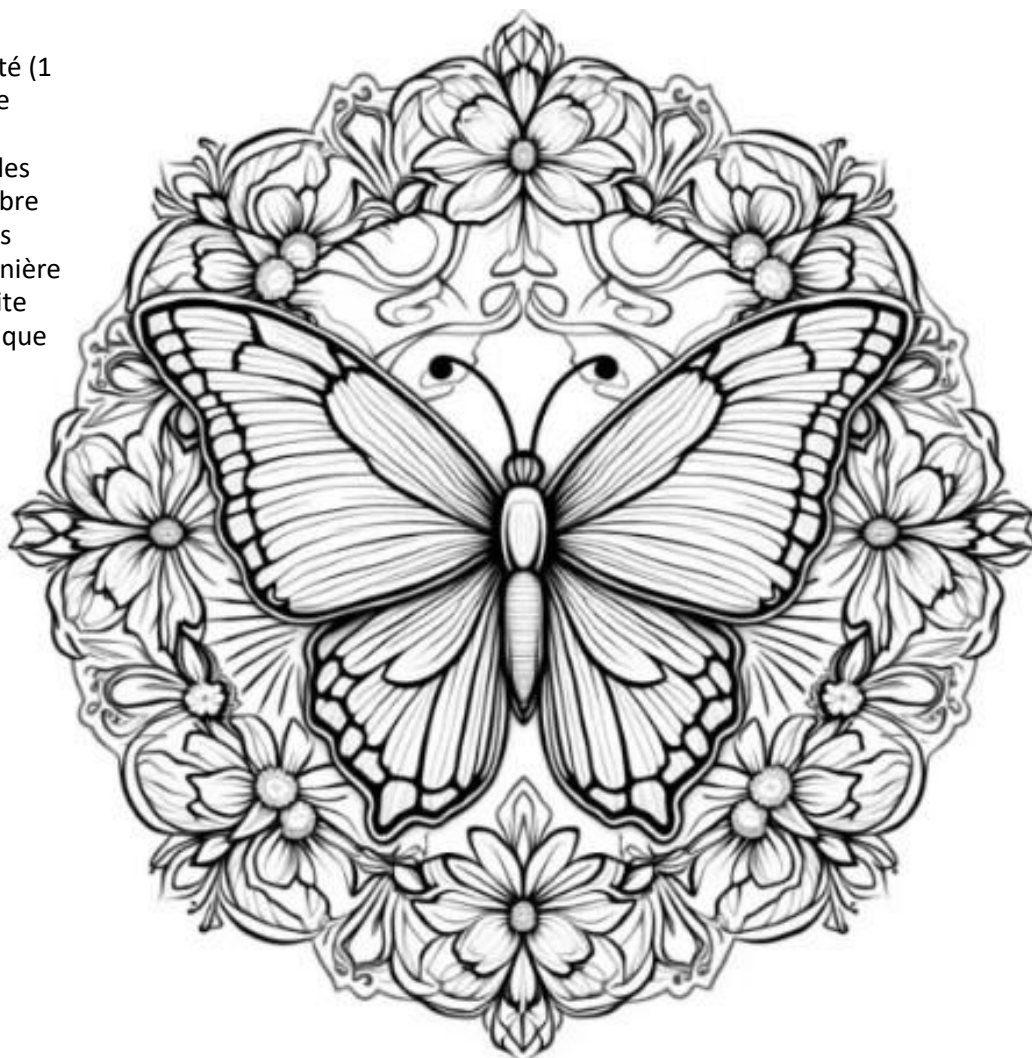
Grille F

RÈGLE DU JEU Niveau de difficulté (1 à 3) : 2. Il s'agit de compléter une grille de neuf cases (3x3) par les nombres de 1 à 9 en respectant les sommes imposées. Chaque nombre n'est utilisé qu'une seule fois. Les nombres sont placés de telle manière que les sommes indiquées à droite de chaque ligne et en bas de chaque colonne soient exactes.

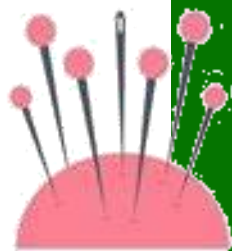
Solution : page bricolage



Mandala



Planning des Associations



Les Petites Mains de Tréguidel

Le lundi de 14h00 à 18h00

LUNDI

La Bibliothèque :

Le mercredi de 16h00 à 18h00



Place des Chênes
Certains dernier
vendredi du mois
soirée lecture
de 20h00 à 22h00

MERCREDI



Les Délices de Tréguidel

Atelier cuisine premier mercredi
un mois sur deux de 18h15 à 20h30
Inscription à l'année : 35€

MERCREDI



Yoga Alchimie

Le jeudi de 18h30 à 19h45 salle polyvalente

JEUDI



Club de l'Amitié

Le 1er et le 3ème jeudi à Tréguidel
Le 2ème et 4ème jeudi à Tressignaux
de 14h00 à 18h00
Cotisation à l'année 15€

JEUDI

Le P'tit Bar

1er vendredi de 19h30 à 21h30 soirée Irlandaise



LE P'TIT BAR
DU CONTREVENT
CAFÉ-ÉPICERIE
ASSOCIATIFS
TRÉGUEDEL

VENDREDI

Tyscrap goelo

Atelier créatif de scrapbooking
Le mardi de 14h00 à 17h00
Le vendredi soir de 20h30 à 22h30



MARDI
VENDREDI

AGENDA : dates à retenir

Octobre	Novembre	Décembre	Janvier	Février	Mars
1 Me 	1 Sa	1 Lu 	1 Je	1 Di	1 Di 
2 Je 	2 Di	2 Ma 	2 Ve	2 Lu 	2 Lu 
3 Ve 	3 Lu 	3 Me 	3 Sa	3 Ma 	3 Ma 
4 Sa 	4 Ma 	4 Je 	4 Di	4 Me 	4 Me 
5 Di	5 Me 	5 Ve 	5 Lu 	5 Je 	5 Je 
6 Lu 	6 Je 	6 Sa 	6 Ma 	6 Ve 	6 Ve 
7 Ma 	7 Ve 	7 Di 	7 Me 	7 Sa 	7 Sa
8 Me 	8 Sa	8 Lu 	8 Je 	8 Di	8 Di 
9 Je 	9 Di	9 Ma 	9 Ve 	9 Lu 	9 Lu 
10 Ve 	10 Lu 	10 Me 	10 Sa	10 Ma 	10 Ma 
11 Sa	11 Ma 	11 Je 	11 Di	11 Me 	11 Me 
12 Di	12 Me 	12 Ve 	12 Lu 	12 Je 	12 Je
13 Lu 	13 Je 	13 Sa 	13 Ma 	13 Ve 	13 Ve
14 Ma 	14 Ve 	14 Di 	14 Me 	14 Sa	14 Sa
15 Me 	15 Sa	15 Lu 	15 Je 	15 Di	15 Di 
16 Je 	16 Di	16 Ma 	16 Ve 	16 Lu 	16 Lu
17 Ve 	17 Lu 	17 Me 	17 Sa	17 Ma 	17 Ma
18 Sa	18 Ma 	18 Je 	18 Di	18 Me	18 Me
19 Di	19 Me 	19 Ve 	19 Lu	19 Je	19 Je
20 Lu 	20 Je 	20 Sa 	20 Ma	20 Ve	20 Ve
21 Ma 	21 Ve 	21 Di	21 Me	21 Sa	21 Sa
22 Me 	22 Sa 	22 Lu	22 Je	22 Di	22 Di
23 Je 	23 Di	23 Ma	23 Ve	23 Lu	23 Lu
24 Ve 	24 Lu 	24 Me	24 Sa	24 Ma	24 Ma
25 Sa	25 Ma 	25 Je	25 Di	25 Me	25 Me
26 Di	26 Me 	26 Ve	26 Lu	26 Je	26 Je
27 Lu 	27 Je 	27 Sa	27 Ma	27 Ve	27 Ve
28 Ma 	28 Ve 	28 Di	28 Me	28 Sa	28 Sa
29 Me	29 Sa	29 Lu	29 Je	29 Di	29 Di
30 Je	30 Di	30 Ma	30 Ve	30 Lu	30 Lu
31 Ve		31 Me	31 Sa		

Le p'tit bar  Soirée irlandaise
Kundalini-Yoga

Les petites mains  Atelier couture
Le scrapbooking  Atelier créatif

La bibliothèque  Les délices de Tréguïdel  Atelier cuisine

Club de l'amitié  Atelier jeux
Les Amis de la chapelle de Pabu  Comité des Fêtes

Yoga Alchimie 