

Infos Pratiques

Docteur

Desjouis - 02 98 69 54 64

Pharmacie

N.D de Kerellon

02 98 69 51 16

Masseur-Kinésithérapeutes

Bodennec - 02 98 29 64 02

De la Rebière de Pouyade

02 98 69 52 40

Diététicienne

Aude Connan - 06 69 00 16 71

Ostéopathe

Aurélien Bars - 06 62 08 77 67

Massage bien-être

Axelle Melenc - 06 72 17 53 04

Cabinets infirmiers

Louise Lagathu 02 98 69 54 91

Argouarch-Chapdeleine-Seité-

Le Henaff - 02 98 69 51 82

Cabinet dentaire

L'Higuinien - Lescour- Apprioual

02 98 69 55 06

Pédicure-Podologue D.E.

M. Sourceau - 02 98 69 53 49

Sage-femme

Céline Quelen - 07 89 25 38 28

Mairie : 02 98 69 51 11

Du lundi au vendredi :

8h30-12h et 13h30-17h

Mission locale

à la Maison des Services les mardis,

mercredis et jeudis de 8h30 à 12h et

de 13h30 à 17h30 - 02 98 29 12 68

Médiathèque

Mardi : 10 h à 12h /16h-à 18h30

Mercredi : 10h-12h/14h à 18h30

Vendredi : 10h-12h et 16h-18h30

Samedi : 10h-15h

Déchetterie communautaire de Ty Korn

Le lundi 13h30 à 17h45

Du mardi au samedi : 8h45 -11h45 et

13h30 - 17h45

Justificatif de domicile obligatoire

02 98 29 82 11

Maison des Services au Public (MSAP)

St Pol de Léon 02 98 69 10 44

Cléder 02 98 69 44 54

Accueil de jour AS Domicile

Plouénan - 02 98 68 10 36

SAUR 02 77 62 40 00

ENEDIS Service dépannage

09 72 67 50 29



La fibre arrive sur la commune de Plouénan

Les avantages du très haut débit

Pour votre famille

- Les membres de la famille peuvent travailler ou se divertir sur leurs écrans en simultanément.

- Les appels vidéos sont fiables et de meilleure qualité.

- Contactez vos proches instantanément.

Pour vous

- La télévision en Ultra HD, disponible sur tous vos écrans.

- Le téléchargement de vidéos, musiques, fichiers en un instant.

- Le temps de réponse des jeux en ligne est nettement amélioré.

- Le télétravail est facilité par la fibre optique.

Vous construisez une maison neuve ou récemment construite ? Retrouvez l'ensemble des informations sur notre page [Nouvelles Constructions.](#)

Comment avoir la fibre ?

Comment avoir la fibre ?

Etape 1 : Je consulte la carte de Mégalis Bretagne

La cartographie de Mégalis Bretagne donne un aperçu des délais prévisionnels de déploiement en fonction de votre zone.

Etape 2 : Je teste mon éligibilité

Rendez-vous sur la [carte d'éligibilité](#) pour identifier la couleur du pictogramme de votre logement.

Vert : vous êtes éligible, jaune : vous le serez prochainement !

Pour connaître la signification de toutes les couleurs rendez-vous sur [thdbretagne.bzh](#)

Etape 3 : Je contacte mon Fournisseur d'Accès Internet

Tous les fournisseurs d'accès (FAI) ne sont pas présents dès l'ouverture de la fibre dans votre secteur.

Vérifiez votre [éligibilité auprès de l'opérateur de votre choix.](#)

Etape 4 : Je planifie une intervention avec mon Fournisseur d'Accès Internet

Le technicien vient tirer la fibre de la voie publique jusqu'à votre logement.

Pour connaître le déroulement de l'intervention rendez-vous sur notre site.

Pour vérifier votre éligibilité :

☺ mega.bzh/fibre

☺ thd.bzh/carto

Léon informatique, Nouveau magasin spécialisé dans la réparation et la vente de téléphones et d'ordinateurs ! Situé à la sortie de Plouénan direction Saint-Pol-de-Léon, notre boutique est dédiée à offrir des solutions complètes pour tous vos besoins en téléphonie et informatique. La Réparation, la vente, les accessoires et des conseils Personnalisés. Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 18h30 samedi sur rendez-vous.

Orange vient à votre rencontre à

Plouénan 3 et 4 avril

venez rencontrer nos experts Fibre et tester votre éligibilité

La Fibre, le réseau idéal



📍 **Devant la Mairie**
📅 **3 et 4 avril**
🕒 **10H30 (13H-14H) 17H30**

Accès au réseau Fibre, en France métropolitaine, avec offre et équipements compatibles. Sous réserve d'éligibilité et d'un raccordement effectif de l'immeuble et du domicile ou des locaux du client à la Fibre.
Orange, SA au capital de 10640220396 € - 111, quai du Président Roosevelt 92130 Issy-les-Moulineaux - RCS Nanterre 380 129866



bskimmobilier

Nouvelle mandataire immobilière indépendante sur PLOUENAN

COMBOT LE SANN Nathalie
Vous propose une vente de votre bien rapide et sûre. Profitez de mon expertise immobilière dans la région de PLOUENAN et ses alentours, de photos et d'un accompagnement professionnel.
Contactez moi directement au 06.95.04.72.70
<https://bskimmobilier.com/nathalie-combot-8940>

La plume numérique

Reprise prochaines permanences
le 4 avril 2025
PRENDRE RENDEZ-VOUS EN MAIRIE
02 98 69 51 11

COLLECTE DE SANG

SAINT-POL-DE LEON
De 9h à 13h
Sur rendez-vous, sur le site :
<https://mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr>

Mardi 22, mercredi et jeudi 24 avril
Mercredi 9 et jeudi 10 juillet
Mercredi 6 et jeudi 7 août
Mercredi 8 et jeudi 9 octobre
Mercredi 10 et jeudi 11 décembre

Prévoir une pièce d'identité (obligatoire)

**Mairie
Etat Civil**

Afin de de vous accueillir dans les
meilleurs conditions, n'hésitez-pas à
prendre rendez-vous pour déposer
un dossier de mariage, de pacs, ou
de faire une reconnaissance.
02 98 69 51 11

Carte nationale d'identité

Pour toutes demandes de carte nationale
d'identité vous devez prendre rendez-
vous en ligne en mairie de St Pol de
Léon via le site de réservation suivant :

<https://www.rdv360.com/mairie-de-saint-pol-de-leon>
Tél : 02 98 15 85 00
Autres mairies
PLOUESCAT-BERVEN-POUNEVEZ-LOCHRIST-
PLOUVORN

**MISSION LOCALE
Jeunes 16-25 ans**

La mission locale sera présente sur
Plouenan à la Mairie les 1er et 3ème
jeudis après-midi de chaque mois de
14h à 17h.

Permanences : 1er et 3ème jeudi
du mois - 02 98 15 15 50

**Recensement national
obligatoire à 16 ans
Jeunes nés au mois de
avril 2009**

L'article L.113-1 « Tout français âgé de
16 ans est tenu de se faire recenser ». A
la date anniversaire de ses 16 ans tout
jeune français doit se faire recenser à la
mairie de son domicile avec une pièce
d'identité et le livret de famille. La mairie
remet une attestation de recensement
valable pour les concours ou examens
soumis au contrôle de l'autorité publique.
Tél. : 09 70 84 51 51

<http://www.defense.gouv.fr/jdc>
csn-brest.sec.fct@intradef.gouv.fr

**Séances de sophrologie
à Plouenan tous les
lundis en mairie**

KerAidants **As DOMICILE** **FRANCE ALZHEIMER**
PAYS DE MORLAIX
Soutien des aidants
METHODE APERA
Conseils pratiques pour soutenir sans s'épuiser
Prévention de l'épuisement
Gratuit grâce au mécénat
PROGRAMME DE 6 SEANCES
ANIMÉ PAR CAROLINE NEDELEC, PSYCHOLOGUE
6 VENDREDIS A PARTIR DU 16 MAI SUR PLOUENAN
REUNION D'INFORMATION
ET
INSCRIPTION
LUNDI 28 AVRIL 2025 À 14H00
AS DOMICILE: IMPASSE STREAR AR BARA BENIGUET
29 420 PLOUENAN
02.98.68.10.36
CONTACT@ASDOMICILE.COM

FLASH CULTUREL !
Vendredi 18 avril De 14h à 16h
Salle Le Cristal 2€
Un conte Danse Bretonne Des activités variées
De 6 à 12 ans Ateliers parents/enfants Jusqu'à 12 binômes !
Gastronomie Musiques & instruments Danse bretonne Et un goûter final
INSCRIPTIONS AU 02 98 69 51 11
kenleur PENNAR-BED

Le CCAS de Mespaul en collaboration avec l'association "Les Amis de Sainte Catherine" organise
un Repas Solidaire (à emporter) en soutien à Mayotte
DIMANCHE 27 AVRIL 2025 de 11h30 à 12h30 à l'espace polyvalent
Menus au choix à emporter : 13€
Menu 1 : Couscous & tarte à l'ancienne aux pommes
Menu 2 : Fondant de poulet sauce suprême avec gratin de légumes & tarte à l'ancienne aux pommes
Bons de commande disponibles en mairie. Retour des réservations en mairie, avec le règlement, à l'ordre des Amis de Sainte Catherine au plus tard le vendredi 18 avril 2025
L'ensemble des bénéfices sera reversé au profit d'une association d'aide à Mayotte

L'Echoppe Solidaire

L'échoppe solidaire passera dans votre commune ! C'est une épicerie solidaire dans laquelle les produits (alimentaires et non-alimentaires) sont à -70 %.
Toutes les personnes du Haut-Léon Communauté sont concernées (sous conditions de ressources).
L'échoppe solidaire est présente tous les premiers mercredis du mois, dans la Commune de Plouenan de 17h45 à 18h45 sur le parking de la Maison du Filet Brodé, près du cimetière.

Permanence secours catholique



Depuis le vendredi 21 mars 2025 et pour quelques mois une antenne du Secours Catholique-Caritas s'installe à la mairie de Plouenan.
Animée par des bénévoles de l'association, elle accueillera toute personne en précarité. Elle a pour objectif d'être un lieu de rencontre et de soutien matériel.
Prochaine permanence le 18 avril 2025 Ouverte à tous- Soyez les bienvenus de 9h30 à 11h30 le 3ème vendredi du mois.

Broderie sur filet : stage



Ouvert à tous ! Nombre de places limitées.
Samedi 26 avril, de 14 h à 17 h
A la Maison du Filet Brodé (Plouenan, 29)
Coût : 20 €
Inscriptions pour le 19 avril
Mail : jjin.plouenan@yahoo.fr ou 07 67 55 48 71



Un monde de créations, une plongée dans le patrimoine, une belle expérience !

Cuisine Ch'ti Traditionnel Lilloise
La Bigoufrites
Food Truck
06.30.07.76.71
Rendez-vous à partir du 8 avril à 17h00 sur la place François Prigent

Médiathèque

Pour accompagner le renouveau de la nature, le réseau des médiathèques de HLC vous propose une riche programmation sur le thème du végétal que vous pouvez découvrir sur le site ou dans votre médiathèque.

Initiez-vous à la découverte des plantes comestibles lors d'une balade guidée avec Aurélien de l'association Ulamie CPIE. Vous apprendrez à identifier différentes espèces de plantes ainsi que leurs usages culinaires. Une expérience qui vous connectera à la nature tout en éveillant vos papilles ! **12 Avril 10h-12h. À partir de 8 ans. Gratuit. Infos et inscriptions auprès de la médiathèque.**

Célébrez la beauté du végétal et de la nature en participant à notre atelier tag végétal avec Capucine de l'association "Au fil du Queffleuth et de la Penzé".

Venez réaliser une fresque collective en mousses végétales et colle naturelle pour une œuvre unique et durable au cœur de Plouénan.

26 avril 14h-16h. Tout public. Gratuit. Infos et inscriptions auprès de la médiathèque.

Mais qui dit végétal dit aussi agriculture et alimentation...

La médiathèque rend hommage aux paysans et paysannes avec l'exposition "les pieds dans la terre" au mois d'avril. Partez à la découverte de cinq fermes françaises où trois générations de paysans racontent leur métier, leurs difficultés et leurs espoirs. Un album paru aux Éditions des éléphants avec les illustrations de l'album « Les pieds dans la terre », paru aux Éditions des éléphants en partenariat avec la Bibliothèque départementale des Côtes d'Armor.

Dans un cadre luxuriant et apaisant, entourés de verdure et bercés par le murmure des feuillages, venez assister à une lecture d'albums sur le thème des plantes aux serres Ty Guen à Plouénan. **Samedi 3 mai 14h-15h. Gratuit. À partir de 4 ans. Infos et inscriptions auprès de la médiathèque.**

MÉDIATHÈQUE DE PLOUÉNAN

LOVE NATURE

Viens créer un tag végétal en mousse !!!

avec l'association
AU FIL DU QUEFFLEUTH ET DE LA PENZÉ

26/04/25
14h-16h

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS:
mediatheque.plouenan@gmail.com
☎ 02 98 69 51 47
Rue du 19 mars 1962, 29420 Plouénan

LECTURE VÉGÉTALE SOUS SERRE
par la médiathèque de Plouénan
SAMEDI 3 MAI
14h-15h
SERRES TY GUEN
PLOUÉNAN

à partir de 4 ans

"On va te raconter des salades"

Informations et Inscriptions:
mediatheque.plouenan@gmail.com
☎ 02 98 69 51 47

MÉDIATHÈQUE DE PLOUÉNAN

Balade végétale et comestible

Avec L'ULAMIR-CPIE

12 avril 2025
10H-12H

Les pieds dans la terre

Cinq histoires de paysans
Texte de Claire Lecœuvre illustré par Arnaud Tételin

LES ÉDITIONS DES ÉLÉPHANTS



Informations et Inscriptions:

mediatheque.plouenan@gmail.com

☎ 02 98 69 51 47

Rue du 19 mars 1962, 29420 Plouénan



Pôle animation



Les enfants explorent le mode de vie des premiers hommes : peintures rupestres, fabrication d'outils, chasse aux bisons, jeux de piste, réalisation de bijoux...L'objectif est de les plonger dans cet univers fascinant. Les petits aventuriers découvrent ainsi l'importance de la nature, le sens du travail en équipe et les techniques qui ont permis à l'humanité d'évoluer. Un retour aux origines qui stimule leur imagination et leur curiosité !



Intervention dans les écoles : l'usage des écrans

Sandrine LE BRAS et Christelle NEA, en charge du pôle animation sur Plouénan, sont intervenues auprès des classes de CE et CM afin d'échanger sur l'usage des écrans

Observation et échanges :

Ensemble, ils ont recensé le nombre d'écrans présents dans les foyer et ont évalué le temps passé quotidiennement sur les écrans. Puis, ils ont abordé les recommandations en fonction de leur âge.

Sensibilisation et conseils

- Présentation des « 4 pas » : pas d'écran le matin, pas d'écran pendant les repas, pas d'écran avant de se coucher, pas d'écran dans la chambre

- Explication des effets de la lumière bleue

- Discussion sur les réseaux sociaux et les jeux vidéos

Constat général : Le besoin de les ACCOMPAGNER

Les enfants sont conscients des enjeux liés aux écrans, mais rencontrent des difficultés à réguler leur usage « j'ai l'impression d'être dans une bulle avec que moi, c'est comme un escalier qui monte qui monte et je n'arrive pas à redescendre, je ne vois pas le temps qui passe, je crie parfois sur ma sœur et après ça me fait de la peine ». Le rôle des familles est donc essentiel afin de bien les accompagner.



Le mardi gras, échanges avec « âge et vie »

Le mercredi 05 mars, les enfants de l'alsh ont rendu visite aux résidents « d'âge et vie » de Plouénan. Déguisés en princesse, policier, clown, ils étaient ravis d'aller à la rencontre des anciens qui leur ont fait part d'un très bel accueil mais aussi d'un excellent goûter qui ont su faire plaisir aux fines bouches. Convivialité, échanges et partage furent les maîtres mots de l'après-midi.

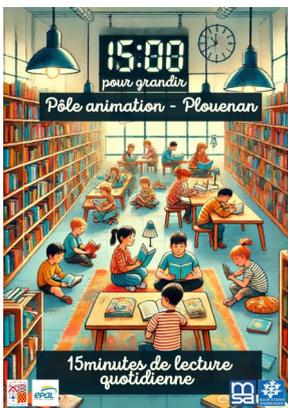


Vacances d'avril : du 7 au 18 avril

« Le jardin du lapin gourmand »

Le programme d'animation est disponible depuis le 25/03/2025 sur le site de Plouénan plouenan.bzh

Une chasse à l'œuf, des sorties et de nombreuses animations seront programmées.



« 15 mns pour grandir » : un moment calme et de lecture pour les enfants

Chaque mercredi et pendant les vacances scolaires, le pôle animation propose un rendez-vous particulier « 15 mns pour grandir ». Auparavant organisé de manière ponctuelle, ce temps de lecture est désormais inscrit de façon régulière dans le programme d'animation.

Un moment de détente et de découverte

Ce moment, prévu juste après le déjeuner, permet aux enfants de souffler, de s'évader et de se concentrer sur une activité apaisante : la lecture.

L'objectif est de leur offrir une parenthèse de calme, de semer les graines d'un amour durable pour les livres et encourager l'envie de lire au quotidien. « 15 mns pour grandir » s'inscrit également dans une volonté de rendre la lecture accessible à tous.

Le dispositif familles :

le samedi 1er mars. Parents et enfants ont pu apprécier cette bulle de relaxation. Un moment privilégié entre un parent et son enfant, où l'on se déconnecte pour savourer pleinement l'instant présent.

Un atelier « Hypno-relaxation », a été proposé
Prochain rdv : samedi 15 mars « kit SOS Pâtisserie » + dimanche 27 avril « faites du jeu »



Recherche : animateurs Bafa pour le mois d'août
Merci d'envoyer CV + Lettre de motivation à animateursplouenan@gmail.com